

# بنت النيل



يوليو ١٩٥٤  
١٠ قروش



Elizabeth Arden

الشمس...

والجمال

مع

اليزابيث آردن

لحماية الجلد : صن بروف كريم Sun Pruf Cream

ومساء ٠٠٠ باتا كريم PAT-A-Cream

مع البودرة واحمر الشفاه ذو الشهرة العالمية ٠٠٠ اليزابيث آردن .  
ولا تنسى ابدا استعمال مستحضرات آردن الاساسية :

للتنظيف : كلينسمنج كريم Cleansing Cream

للتغذية : سمكين تونيك Skin Tonic

واورانج سمكين كريم Orange Skin Cream

للشرة الجافة أو الطبيعية

---

تباع في صالون اليزابيث آردن

٢١١ عمارة الايموبيليا

تليفون ٤٧٧٩١ - ٧٧٠٧٢

وجميع المحلات الكبرى



# الصحافة الجامعية

لقد أسعدنى الاحتفال الذى أقيم فى جامعة القاهرة بمناسبة تسليم الكأس والجوائز للفائزين والفائزات من الشباب الغر الميامين الذين أنتجوا تلك الصحف الجامعية الممتعة على حداثة السن ووسط العمل العلمى العنيف .

وان الفكرة فى تخصيص كأس وجوائز تهدى للفريق المبرز فى الفنون الصحفية المختلفة هى تنشيط الهمم لأعداد جيل من الشباب الصحفيين الذين يعرفون ان الصحافة مهنة الاحرار وانها وظيفة اجتماعية رفيعة تتطلب من صاحبها الترفع عن الكذب والنفاق وتصعد به عن صغار العيش ويحترق فيها الدم الحار لينير طريق الجماعة ، وانها مهنة الجلد والصبر وصناعة الاشراف الذين يأبون الضيم ويذودون عن العدالة بالمهج والارواح .

وان ما رأيته من استعداد هؤلاء الطلبة والطالبات فى ميادين الصحافة والتحرير ليبشر بخير عظيم وينبئ عن نور مرجى من الجامعيين لحقل الصحافة التى يعوزها نور أهل العلم والخلق المتين ، ومما سرنى كذلك ان الجامعة ترد الى الصحافة بعض جميلها . فمنذ خمسين عاما قامت الصحافة ، والصحافة وحدها ، تدعو الى انشاء الجامعة المصرية فكانت طليعة خر عند حرمة كل طاغية ودوى فى أبهائها أول نداء بالحرية والاستقلال .

وقد استمعت فى حفل « الصحافة الجامعية » الى أحاديث شتى عن تاريخ الصحافة المصرية وكان بودى أن يتبسط المتحدثون فيما أشاروا اليه فى هذا التاريخ فيذكروا أن صحافة الاجيال الماضية وان أعوزها الفن وأعوزتها الادوات الحديثة كانت صحافة رأى عظيم أشاع فى الامة كل جديد عرفته مصر . وبصرت عامة الناس وخاصتهم بحقوقهم ومضت تضرب على هذا الوتر حتى بلغت مصر ما بلغته اليوم من وعى وفهم لا ينكر خطرهما وقدرهما فى حياة الامة والشعوب .

واننا لندرجو أن تزود الصحافة الجامعية فى المستقبل القريب صحافة مصر بهذا الشباب القوى المؤمن القادر فينشأ جيل من الصحفيين يبارك جهد السابقين ويواصل سعى الحاضرين ويكون خيرا من جميع الاجيال التى مرت بصحافة مصر وهى صحافة سيعرف التاريخ مكانها وسيضعها حيث تستحق من الوزن والتقدير .

لقد قال أحد الصحفيين الاحرار ان الصحافة رثة ثالثة للامم والشعوب وهى رثة تحتاج الى عقل سليم وقد طمأننى ما رأيته فى شبابنا الى مستقبل هذه الرثة فى حياة مصر والمصريين .

دريه حنين

# بنو السليمان

شهر المؤتمرات وعيد الجمهورية

الفرنسية استقالتها بعد سحب الثقة منها وأنت بعسدها وزارة مندس فرانس التي أعلنت أن هدفها تحقيق السلام في الهند الصينية والخروج بفرنسا من المآزق الواقعة فيها . كما اشتد جانب الداعين الى رفض فكرة الجيش الاوربي وتوسيع نطاق الحرب في الهند الصينية أي الجانب المضاد للسياسة الامريكية . . .

ولم تخف أمريكا قلقها من هذه المواقف المضادة لسياستها وأسرت تدعو حليفها بريطانيا الى الوقوف الى جانبها وهذا هو السبب الرئيسى كما يقال لعقد مؤتمر واشنطن بين تشرشل وايدن من جهة وايزنهاور ودالاس من جهة اخرى ..

وبهذه المناسبة يقال والعهد  
على الرواة ان مشكلة قتال السويس  
سوف تبحث في هذا المؤتمر ..  
وان امريكا سوف تتخذ موقفا  
حاسما ازاء بريطانيا التي ظلت  
تماطل وتسوف حتى الان ازاء  
مصر ..

وبنت النيل تتمنى وتدمو الله  
أن لا يخرج الأمريكان والانجليز على  
الناس بعد هذا المؤتمر بانفلاق  
استعماري جديد يؤدي الى توتر  
الموقف الدولي أكثر مما هو متوتر  
الآن ..

واتعقد مؤتمر ثالث في جهة  
أخرى هي عمان . انعقد بين  
عاهلين عربيين عظيمين هما الملك

أصبحت أقوال العقبين السياسيين الذين تنبأوا للمؤتمر بالفشل قبل انعقاده .. ثم حاولوا الوصول الى حل للحرب في الهند الصينية ، ولكن المبادئ التي حاول العسكري الاستعماري حل المشكلة على أساسها كانت مبادئ خاطئة وهكذا تمسك المفاوضون الوطنيون بموقفهم الذي يدعو الى جلاء الجيوش الفرنسية كأساس أولى .. وتفاعلت الأحداث واشتدت الازمة الداخلية في فرنسا ذاتها حتى قدمت الوزارة

إذا قلنا أن شهر يونيو المنصرم  
هو شهر المؤتمرات فلن نعدو  
الصدق في قولنا . .

في هذا الشهر استمر انعقاد مؤتمر جنيف لبحث مشاكل كورية ومشكلة الهند الصينية . . وقد تميز هذا المؤتمر بالازمات العنيفة فكانت الازمة تأتي وراء الازمة منيرة بتوتر الموقف الدولي . . وحاول المؤتمرين الوصول الى حل لازمة الشرق الاقصى ولكنهم فشلوا وأعلنوا على الملأ فشلهم هذا وهكذا



تبرعت سيدات السودان بحليهن لدفع التعويضات للموظفين  
الانجليز المطرودين !!

الموظف البريطاني - العقد ده باقى المكافأة بتاعتى !!

وراء الاحداث...

جاء في الانباء أن زوجة  
رئيس جمهورية جواتيمالا وراء  
أحداث تلك البلاد ، وكل يوم  
يؤكد لنا التاريخ أنه ما من فكرة  
جديدة الا ووراءها امرأة ،  
وأكثر ما تكون المرأة في تلك  
الحوادث امرأة صالحة هادئة ،  
لتوجيهها أثر طيب على النتائج  
والخواتيم

ومما يذكر في هذا الميدان ان  
نهر عظيم الهند كانت وراءه  
زوجة صالحة تعينه على  
واجبانه واداء التزاماته ، بل  
ان سيدات الاسرة كلها سيدات  
لهن في تاريخ الهند نصيب  
موفور .

وفي مصر كانت أم المصريين  
السيدة صفية وراء سمسد  
زغول حين هب ذلك الزعيم  
الخالد يطالب المستعمر بتحرير  
البلاد ويحتمل النفي والتشريد  
في سبيل ذلك المثل الأعلى ،  
ولولا قوة هذه السيدة وصلابة  
عودها في احتمال النكبات  
واستعدادها لتحمل التبعات  
لربما تأثرت الثورة المصرية منذ  
خمس وثلاثين سنة تأثرا يفسد  
حماسة الزعماء ويهون من  
شجاعة الوطنيين ، فكانت تلك  
السيدة قدوة للنساء والرجال  
على السواء في السعى وراء  
استقلال البلاد .

ولا أنكر أن بعض الرجال  
الصالحين تفسدهم زوجاتهم إذا  
فسدت طباعهن ، وهذا قليل  
في حياة العظماء الخالدين ،  
غير أن المرأة الصالحة تعتبر  
دائما نبراسا لزوجها وسندا له  
في حياته العامة ، مهما تكن  
هذه الحياة

اننى ارجو ان تكون كل سيدة  
مصرية ظهيرا لزوجها فى  
الافراح والاحراح ، متضامنة معه  
فى السراء والضراء ، واقفة  
الى جانبه فى كل عمل صالح ،  
فذلك من شأنه رفع مستوى  
الشعب وتقديم نخبه من رجاله  
الى الصف الاول من صفوف  
الاحراز العالمين .

يُفْتِ الثَّيْلُ



سعود والملك حسين .. وقد انفض هذا المؤتمر وتوالت الانباء بان النتائج التي وصل اليها المللكان سوف تؤدي الى تدعيم الجبهة العربية بحيث تقف صفا واحدا ضد الاستعمار .. كما جاء نبا آخر هام وهو ان المملكة العربية السعودية سوف تؤازر الاردن في التحرر

من ربة الاستعمار البريطاني .. هذا ومن المعروف ان هذا المؤتمر الاخير يعتبر امتدادا طبيعيا للزيارة التي قام بها الصاغ صلاح سالم وزير الارشاد القومي للملك سعود والتي نتج عنها الاتفاق التام على السياسة الخارجية بين مصر والمملكة العربية السعودية ..

## في سطور

قال الدكتور محمود عزمى مندوب مصر الدائم لدى الامم المتحدة ان الراى العام العالمى لا الراى العام الأمريكى فقط ينظر الى الحرب المقبلة على انها حرب الفناء وذلك بعد ان اخترعت القنابل الذرية والهيدروجينية وانه يعتقد ان قيام مثل هذه الحرب احتمال بعيد جدا فى الوقت الحاضر على الاقل ..

♦ أكدت بعض الصحف الفرنسية قرب عوده مولاى محمد بن يوسف سلطان مراكش السابق الى بلاده للاقامة فيها فقط على أن يتولى نجله الثانى الأمير عبد الله العرش ..

♦ استخدم الاتحاد السوفيتى حق الفيتو فى مجلس الامن لوقف قرار احالة النزاع فى جواتيمالا الى منظمة الدول الامريكية ..

♦ اذاع راديو بكين ان عدد سكان الصين الشيوعية قد بلغ اكثر من ٦٠٠ مليون نسمة وكانت النسبة بين النساء فى الانتخابات العادية فى البلاد قد بلغت ١٧ فى المائة واشترك خمسة ملايين نسمة فى الانتخابات العامة ..

♦ حملت وكالة تاس السوفيتية حملة عنيفة ضد أمريكا وحملتها مسئولية حوادث جواتيمالا .. وكان لأمريكا شركة احتكارية للفواكه بجواتيمالا ألغت الحكومة الوطنية مقد امتيازها ..

♦ صرح أحد موظفى الامم المتحدة بأن الاجتماع الطارىء الذى كان مقررا ان تعقده لجنة الهندسة

المشتركة الاردنية الاسرائيلية للبحث فى شكوى الاردن بشأن حادث قرية زيتا قد ألغى أما السبب فهو ان الحادث لا يبرر عقد اجتماع طارئ .. تبرع أحد أثرياء الإيرانيين ببوابة من الذهب الخالص ركبت لضريح على بن أبى طالب بالنجف الشريف فى إقليم كربلاء بالعراق .. أعلنت وزارة الخارجية الامريكية انها قررت تخصيص ٣٠ مليون دولار لتزويد الجيش التركى بالملابس وتزود الطائرات النفاثة والاطارات ومن المعروف انه قد سبق أن وضع مبلغ ٤٦ مليون فى الدولارات لاعتمادات المعونة الحربية لتركيا ..



الرجل - اوعى تصدق انى ضد الستات .. ده انا من انصارهم وعششان كده متجاوز أربعة !

وطلعت علينا الجرائد فى اواخر الشهر باخبار الحرب الاهلية فى جمهورية جواتيمالا بأمريكا الوسطى .. وقد اتهمت جواتيمالا الولايات المتحدة الامريكية بتدبير هذه الحرب وتشجيع هندوراس وسلفادور على ايواء العناصر المادية لها وتسليحها وذلك بسبب الفواكه للاحتكار الذى كان لشركة الفواكه الامريكية بجواتيمالا .. وقد قدمت جواتيمالا شكوى الى مجلس الامن احتجاجا على هذا الاعتداء على اراضيها ..

وفى مصر تمت محاكمة الضباط المتهمين باحداث فتنه فى الجيش امام الدائرة الثانية لمحكمة الثورة كما وافقت الذكرى الاولى لاعلان الجمهورية المصرية .. ووجه السيد اللواء أركان الحرب محمد نجيب رئيس الجمهورية كلمة الى المواطنين بهذه المناسبة ذكرهم فيها بهذه المناسبة السعيدة بالثورة وما حقته لهم من حرية ومساواة ..

واستمرت الثورة ماضية فى طريقها ..

واخذ عبد اللطيف البغدادى وزير الشؤون البلدية والقروية ينظم مدن الجمهورية ويخرج على الناس بمشروعاته العمرانية الواسعة النطاق .. واخذ مجلس الانتاج القومى يوال دراساته وبحوثه ويطلب الاعتمادات المالية الضخمة لتنفيذ اصلاحاته .. واخر نجاح حققه هو اتفاهه مع بعثة البترول الفرنسية على تمويل مشروع السد العالى وغيره من المشاريع الكبرى ..

واخيرا زفت الجرائد الى الناس بشرى جديدة هى ان العمل فى خزان اسوان الذى كان مقررا له خمس سنوات سيعتم فى اربع سنوات ..

وقام الصاغ صلاح سالم بزيارة القطر الشقيق لبنان فى اواخر الشهر الماضى ، وسيكون لهذه الزيارة اطياف الاثر على العلاقات الودية بين الدول العربية

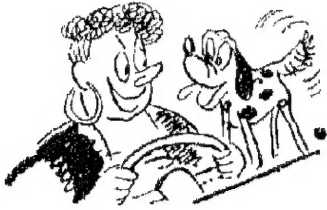
## السياسة الانيقة





## تقليد

رقص وطرب وخرم وفراغ وكفر بواجب الوطن في الاحداث  
والملامات ....



## تجمل يا سيدتي

أنا لا أطيق أن أجد أنثى في مجتمع خالية من التجميل  
أو على الأقل غير مراعية مظاهر الانوثة الواجبة في حياة  
الاناث، ولا أحب للمرأة الا الكعب العالي اذا انتعلت، والشعر  
المجعد المصفف في كل مكان، والوجه الباسم المريح ولو أدى  
الامر الى بعض الرقوش بالاصباغ والالوان ....

واذ كنت أحب للمرأة أن تكون ضاحكة الاسنان في  
الزيارات والمجتمعات، فأنا بالطبع أحب أن أراها في بيتي  
كزوجة قد بذلت أقصى ما عندها من التجميل والملاحة، والا  
أصبح البيت أثقل من المصانع ودور الاعمال !



## حلاوة المشيب !

جاءني صديق يعرض على دواء يقضى على « المشيب » ،  
وقال انه أهم من القنبلة الذرية أو الهيدروجينية ! بعض  
نقط منه تعيد شعرك أسود من شعر الغراب !

ولم أصدق بالطبع أهمية هذا الدواء ، وعجبت من أن  
عودة السواد الى شعراتنا البيضاء حدث يستحق التعليق  
أو الالتفات ، فأنا دائما مؤمن بالواقع ، والواقع يفرض على  
رؤوسنا أن تشيب في سن معلومة وبطير منها الشعر عند  
موعد مضروب ..

ماذا يضير الرجال أن يبدوا وشعرهم أبيض أو رؤوسهم  
خالية من الشعيرات ؟ ان لهذا جماله ورواه تماما كما كان  
لشعرنا المفروق أو المسدول بهاؤه في صدر الشباب ....

علمونا في المدرسة أن التقليد عيب يجب أن نتجنبه ،  
وأثبتت الايام أن التقليد من مستلزمات الحضارة ، فنحن  
- المصريين مثلا - قلدنا الامم الاخرى فأدخلنا الكهرباء  
وشيدنا المدارس وفتحنا البارات والقهوات أيضا !  
فالتقليد اذن مفيد وضار ، وهو شيء لا بد منه ، وعلى قدر  
أخلاقنا وذكائنا يسوء أو يحسن التقليد

وأبرز عيوب التقليد تظهر عند بعض السيدات ،  
فالسمراء تقلد البيضاء في ملابسها وتسريحة شعرها ،  
انهن في باريس مثلا يتخيرن حتى نوع الروائح العطرية ،  
فالسمراء نكهتها وللبيضاء رائحتها الخاصة ، وأنت تستطيع  
في مصاعد باريس أن تعرف لون السيدة التي ركبت  
المصعد قبلك من أرج الرائحة التي تركتها فيه !

تري متى تعرف سيداتنا أسنانهن ومراكزهن وأذواقهن  
فلا يفسدن بالتقليد الاعمى كل ما فيهن من سحر وجمال ؟



## هذه اللوثة

يبدو أن كثيرا من السيدات حين يبلغن الأربعين يصبين  
بلوثة تفقدن مزايهن التي كانت لهن في صدر الشباب !  
فأنتى مرتاع منذ عدت الى وطني الحبيب ، اذ أسمع كلما  
ذهبت هنا أو هناك « ذات الأربعين » تحدثني حديثا فارغا  
تخلل الصغيرة من الصبيات أن تذكرها في جمع عام أو  
خاص ، فقد قالت لي واحدة ممن بلغن الأربعين  
- معقبة على كلمتي المنشورة في العدد الماضي تحت عنوان  
جهد التافهات - انها تتمنى أن تكون لها سيارة « كاديلاك »  
بشرط أن تكون مكشوفة ، وبجانبها كلب يؤنسها في  
الروحات والغدوات !

لا شك أنها سيدة مصابة بلوثة ، ولا شك أيضا في أن  
الحديث عن مثل أولئك السيدات واجب حتى تعرف المرأة  
المصرية أن حياتها اليوم يجب أن تكون جهادا من لون آخر ،  
وليس جهادا كذلك الجهاد التافه الذي عرفناه منذ سنوات  
في حياة بنات الذوات ، وما أدراك ما حياة بنات الذوات ،



## وحشة الصحف

كان لاحتجاب الصحف المصرية ابان فترة العيد الماضي أثر عجيب على نفسي ، لاننى افتقدت الابواب التى أقرأها كل صباح ، وهى أبواب الوفيات وقلب جوليت والاعلانات المبوبة ، وهى أبواب هامة جدا فى حياة القارئ المفكر لان فى الاولى العبرة وفى الثانية الخيال وفى الثالثة يسود صراع الحياة من أجل لقمة العيش



## حب بالعافية

كتبت احدى القارئات تذكر لى أنها تعرفت الى سيدة منذ سنتين فأحببتها وصادقتها ، ثم تكشف لها أخلاق تلك السيدة ، فإذا هى امرأة كذوب لعوب ، سمجة نصابة ، خلافة للوعد ، نهابة للفرصة ، مغيرة للذمة ، فخاصمتها دون أن تسيء اليها بكلمة عتاب ، ووقفت منها موقفا سلبيا وهذا الموقف أحقد هذه المرأة فاضطهدتها بشتى ألوان الاضطهاد ، ولو بيدها لقتلتها !..

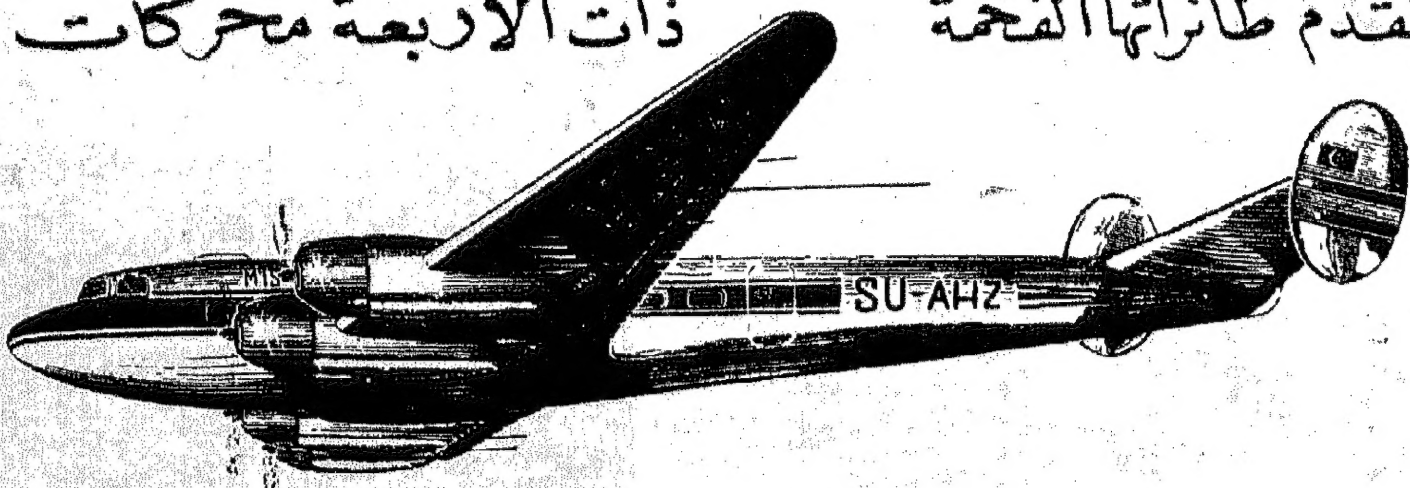
وتقول السيدة الشاكية ان المرأة اللعوب الكذوب تشكو لطوب الارض منها وتتساءل لم تخاصمها ؟ ولم يثقل عليها ظلها ؟ ونسيت أن الحب والود يحتاجان الى صفاء النفس ويقظة الضمير ، وهذه المرأة قد فقدتهما ... وتساءلنى الشاكية رأيتى ؟ ورأيتى ان الذين استحووا ماتوا ..

ان الصحافة المصرية تكتب أروع أيام تاريخها اذا اعتنت بتدعيم هذه الابواب من صفحاتها الكثار ، وهى فى الحق تؤدى واجبها فى هذه الناحية الاداء الحسن ، ولا ينبك مثل خبير ، وأنا خبير بتاريخ صحافتنا ، ولى فيها نحو عشرة كتب غير مئات الاخبار والمقالات ، وأرجو أن تتاح لى فرصة أدرس فيها الضرب الجديد من الفن الصحفى نادر المثال



# شركة مصر للطيران

تقدم طائراتها الفخمة ذات الأربع محركات



الى

الاسكندرية - بيروت - دمشق - بغداد - الكويت  
الأقصر - الخرطوم - بورسودان - جدة  
عدن - أسمر - بنغازى - طرابلس - تونس





تسليم الكأس لصوت الهندسة

## أس الصحافة الجامعية

محمد عبد المنعم بدر عميد  
كلية الحقوق والاستاذ عبد  
الحميد الدواخلي •  
وتولى أعمال السكرتيرية  
الاستاذ يوسف فهمي •  
واشترك في هذه المسابقة  
عدد كبير من الصحف التي  
تصدرها كليات جامعة  
القاهرة •

وقد استعرضت اللجنة  
الصحف المتسابقة وأسفرت  
النتيجة عن منح كأس  
الدكتورة درية شفيق لصحيفة  
« صوت الهندسة » لكلية  
الهندسة • ونالت الجائزة  
الثانية صحيفة « هي »

لاول مرة في تاريخ جامعة  
القاهرة تخصص الدكتورة  
دريه شفيق كأسا لاهسن  
صحيفة جامعية وقد تكونت  
لجنة من الدكتور احمد  
حسام الدين سكرتير عام  
جامعة القاهرة والاستاذ  
محمد زكي عبد القادر رئيس  
تحرير الاخبار والدكتور

- ١ - احدى الفائزات تتسلم  
جائزتها
- ٢ - المائدة الرئيسية
- ٣ - الصحافة تصفى الى احدى  
الكلمات







السيدات أمينة السعيد وزهرة رجب ودرية شفيق وخلفهن  
الاستاذ محمد زكى عبد القادر والاستاذ عبد الحميد الدواخلى

أول ما تستند الى الانطلاق والنزاهة والقومية ، وختمت الدكتورة كلمتها بشكر المسؤولين في الجامعة على ما أتاحوا من فرصة لشبابنا لخوض ميدان صاحبة الجلالة وتمنت أن يكون للجامعة عشرات المجلات في المستقبل القريب ان شاء الله .

عميد كلية الحقوق

صحفيو الغد من عمق وذوق ووعي . وأشارت الدكتورة الى أن صحافة اليوم ليست مقالات طويلة تكتب داخل المكاتب ومن وراء الجدران ، ان الصحافة الحديثة مرآة للحياة ، ثم عرجت على الجامعة فذكرت انه ليس هناك مكان أفضل من الجامعة كمدرسة للصحافة تستند

صاحبة الكاس

النشاط في مصر وهي اليوم تدلى بدلوها في الحياة الجامعية التي تعد رجال الغد .

وقام بعد ذلك الاستاذ الدكتور عبد المنعم بدر عميد كلية حقوق جامعة القاهرة ، فتكلم عن أهمية هذه المسابقة في تنمية أذهان الطلبة وصرح بأن جامعة القاهرة ستولى هذه المسابقة بالغ اهتمامها في السنوات القادمة وتولى الاستاذ محمد زكى عبد القادر عضو لجنة الصحافة الجامعية اعلان نتيجة المسابقة . وبعد تقديم الكأس للكلية الفائزة وزعت الجوائز على ستة من الطلبة وثلاث من الطالبات لتفوقهم في كتابة الاحاديث والقصص والابحار .

ثم قامت الدكتورة درية شفيق فألقت كلمة قصيرة هنأت فيها الاساتذة بطلبتهم والطلبة بأساتذتهم . وقالت « كانت هذه المسابقة فرصة كبرى لاكتشاف كثير من القيم وكثير من المعاني تبشر بنهضة صحفية رائعة » ثم ألمعت الى تلك الجهود الشابة التي نسقت صفحات هذه المجلات الجامعية التي تؤكد لنا مدى ما يمتاز به

لكلية العلوم وفازت بالجائزة الثالثة صحيفة « أنباء الطب » لكلية طب قصر العيني . واستحقت الجائزة الرابعة صحيفة « رسالة الجامعة » لكلية الحقوق . . كما نال بعض الطلبة جوائز على المقالات أو القصص التي كتبوها في تلك الصحف . وكان يوم الثلاثاء ١٥ يونيو الماضي موعدا لاقامة حفل تسليم الكأس وتوزيع الجوائز بالحرم الجامعي وقد دعى اليه كبار رجال الجامعة والصحافة ، كما لبى الدعوة كثيرون من أهل الرأي والفكر كما اشترك عدد كبير من طلبة الجامعة وطالباتها .

واختلف المدعوون الى موائد الشاي بينما كانت موسيقى الحرس الجمهوري تعزف ألحانها الشجية التي ملأت جو الحفل جهورا . . وبعد تناول المرطبات قام الاستاذ الدكتور احمد زكى مدير جامعة القاهرة وارتجل كلمة استعرض فيها تاريخ الصحافة المصرية وتطورها . ولم ينس أن يشير الى أن الكأس مهداة من سيدة لا من رجل ، الشيء الذي يدل على مساهمة المرأة مساهمة فعالة في مختلف ميادين

مدير الجامعة





# المجتمع في شهر



المستر والسز شينيچو

بالصحافة المصرية التي قطعت شوطا بعيدا في الاخراج وجمال المظهر • عقد اتحاد الجامعات جلسة هامة بنادى اتحاد خريجي الجامعة وذلك تمهيدا لانتخاب مجلس الادارة الجديد •

• أرسلت الدكتورة درية شفيق الى الانسة اميلي بشارات برقية تهنئتها بمناسبة تأسيسها هيئة نسائية باسم « اتحاد نساء الاردن » الذي يهدف الى المطالبة بحقوق المرأة

الآنسة اميلي بشارات



• زار دار بنت النيل المستر والمستر مارتن شينيچو عن دار هيرست الصحفية التي تعتبر من كبريات دور الصحف في الولايات المتحدة وكان في صحبتهما السيدة ماتيلدا جريس عضو اتحاد بنت النيل والمغروفة بنشاطها الاجتماعي وهي خريجة الكلية الامريكية بالقاهرة •

وقد تناول الحديث نشاط المرأة المصرية في مختلف الميادين • وأبدى الصحفيان الامريكيان اعجابهما الشديد

السيدة جنان الشواربي



• يقال ان السنيورة ماريلا زوجة رئيس جمهورية جواتيمالا تساهم بنصيب موفور في ادارة دفة سياسة بلادها •

• تمكنت المركيزة كارينا نجروني وزميلتها ادمار كبالى من تسجيل رقم قياسي جديد في الطيران بدون توقف • فقد قطعنا ٣٠٠٠ كيلو متر دفعة واحدة من ترشيا في ايطاليا الى مدينة الاقصر •

• قامت الهيئات النسائية بدمشق بمظاهرة للمطالبة بتعديل مشروع قانون الانتخابات بحيث يصير من حق المرأة السورية أن ترشح نفسها للبرلمان • وقد وعد رئيس اللجنة البرلمانية التي تقوم بتعديل مشروع القانون ، المتظاهرات بالنظر في مطالبهن وتأبيدها

• وافق وزير المعارف على السماح لتلميذات المدارس الثانوية النسوية الراسبات في امتحان النقل في مادة واحدة فقط ، بدخول الدور الثاني في تلك المادة في بداية العام الدراسي المقبل •

• ستنشئ وزارة الصحة بمستشفى النيل الجامعي ثلاثة أجنحة جديدة يسع كل منها ١٥٠ سريرا للولادة وأمراض النساء •

• انتخبت الانسة كريستيل شاك الالمانيّة وعمرها ٢٩ سنة ملكة لجمال أوروبا في المباراة التي أقيمت في الشهر الماضي بمدينة فيشي في فرنسا •

• عادت السيدة جنسان الشواربي بعد أن مثلت مصر هي وحرم مريت غبالى في مؤتمر الهيئة الدولية للصليب الأحمر • وقالت السيدة جنسان انها تعود الى مصر وهي سعيدة بما نالته البلاد من مركز رفيع في هذا المؤتمر الذي كان يضم ٦١ دولة •

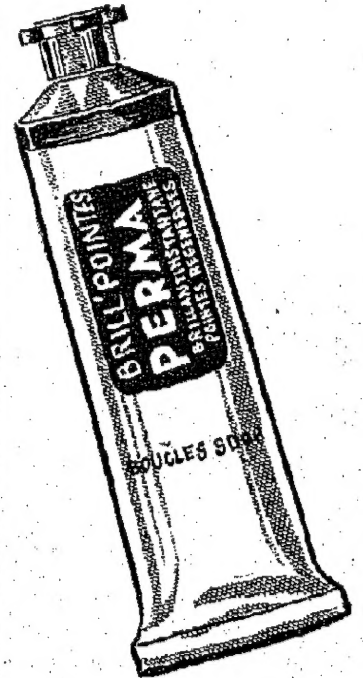
## جمال الشعر

للشعر الجاف  
و الشعر الذي فقد لونه  
والشعر المصبوغ  
ولجميع أنواع الشعر

بريل بوانت

برما  
باريس

فهو يحمي أطراف الشعر  
ويقويه من الجفاف ويضفي  
على الشعر بريقا لا مثيل  
له • غير دهني



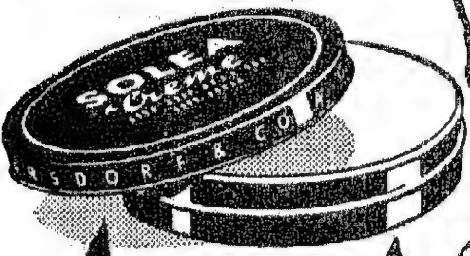
يبلغ  
في جميع الصيدليات



# هل بشرتك جميلة كما يجب ان تكون؟

لا شك ان بشرتك  
سوف تصبح بيضاء  
ناعمة عند استخدامها  
بالمعنى سوليا الذي  
يحتوي على عناصر  
فعالة تقدر فوائدها  
مساهمة كبيرة وتحافظ  
على جمالها وهيويتها

للغاية الناعمة بشرتك استعالي



## كريم سوليا

كريم الشباب والجمال

انتاج مصانع بيرزدراف هابويج المانيا

الوكيل: دكتور م. د. الفطاح الاسكندرية ٥ شارع الشهيد ١٠ - القاهرة ٨ شارع ابراهيم باشا ٢٧٧٦  
٢٦٠٩٥ - ٦٤٤٦٥

♦ تعتبر الانسة كاتيا  
فانديك أضحى امرأة في  
العالم ، اذ يبلغ طولها ثمانية  
أقدام وأربعة انشات ، أى  
حوالى مترين ونصف ووزنها  
٢٠٠ كيلو جرام .  
♦ احتفلت سيدات اليونيسكو  
بالسيدة جيزونيا بسكون  
عضو البرلمان الفلبيني التي  
اختيرت عضوة فى اللجنة  
التنفيذية للهيئة فكانت  
السيدة الوحيدة بين عشرين  
عضوا من الرجال !  
♦ ألغت لجنة التحكيم  
اختبار كريستيل شاك  
الالمانية ملكة لجمال أوروبا  
لأنها متزوجة واختيرت بدلا  
منها ملكة جمال فرنسا

♦ تكونت فى السودان  
جبهة نسائية تقوم بجمع  
النقود والتبرعات لدفع  
التعويضات للموظفين  
الانجليز الذين يتبركون  
مناصبهم بعد سودنتها  
وتعيين سودانيين بدلا منهم  
♦ أعدت ادارة البحوث  
الفنية بوزارة الشئون  
الاجتماعية تقريرا عن  
اتفاقية هيئة الامم الخاصة  
بمنح النساء حقوقهن  
السياسية . وقد أرسل هذا  
التقرير الى لجنة وضع  
الدستور لبحثه والاستفادة  
منه عند النظر فى حقوق المرأة  
فى مصر



السيدة استر فهمى ويصا

♦ ألفت السيدة استر  
فهمى ويصا حديثا فى نادى  
الصيغيين بالاسكندرية  
تكلت فيه عن بعض ذكرياتها  
الوطنية والسياسية وعن  
رحلتها الى الولايات المتحدة  
للدعوة الى السلام والمحبة  
بين الشعوب .

♦ قرر الدكتور نور الدين  
طراف وزير الصحة تأليف  
لجنة عليا من المختصين فى  
رعاية الامومة والطفولة .

قالت الاميرة دينا  
عبد الحميد المدرسة بكلية  
آداب جامعة القاهرة انها  
ستقوم برحلة الى البلاد  
العربية بصحبة احسنى  
صديقاتها ابتداء من ٥ يوليه  
الحالى حيث تقوم أولا بزيارة  
الاردن

السيدة دينا عبد الحميد



السيدة هدى هانم بركات

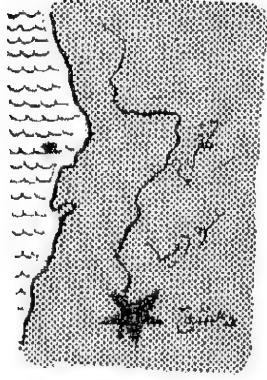
♦ أقامت جمعية المرأة  
الجديدة يوم السبت الموافق  
١٩ يونيه الماضى حفلتها  
الخيرية بنادى بنك مصر  
وشركاته . وأحيت الحفل  
كوكب الشرق الانسة أم  
كلثوم . وقد خصص الدخل  
للتفاق على مدرسة المرأة  
الجديدة للمربيات والمرضات  
بمصر القديمة . وكان لجهود  
السيدة هدى بركات رئيسة  
الجمعية والسيدة أمينة  
أمينة صدقى أمينة الصندوق  
أطيب الاثر على نجاح الحفلة  
وتقوم المدرسة المذكورة  
ببذل جهود طيبة فى سبيل  
تخريج جيل من المربيات  
والمرضات ذوات الثقافة  
التي تتمشى والعصر الحاضر .

السيدة امينة صدقى





٣ - ما اسم أكبر مدينة في المنطقة الشمالية لسورية ؟  
 ( أ ) حلب  
 ( ب ) اللاذقية  
 ( ج ) حماه



٢ - ما اسم النهر الذي تقع عليه مدينة دمشق ؟  
 ( أ ) نهر العاصي  
 ( ب ) نهر بردى  
 ( ج ) نهر الخابور



١ - ما اسم آخر رئيس للجمهورية السورية قبل انقلاب حسنى الزعيم ؟  
 ( أ ) فوزى سلو  
 ( ب ) هاشم الاتاسي  
 ( ج ) شكرى القوتلي

يتخفى  
 سلو مانك  
 التاريخية

## عش الزوجية .. عمل السعادة !

على العروس والعريس على حد سواء .  
 على أن الكثيرين ممن الجنسيتين سرعان ما يشكون من موجة من الجزر تنتاب العلاقات الزوجية كلما تقدم

تتسم العلاقات الزوجية عادة بين أى إنسان وإنسانة في بدايتها بالقوة ، بالقوة في العاطفة والانسجام والتوافق لدرجة أن الفترة الأولى في أى زيجة تمر كالعلم



الميدان الذى تمارسان فيه حياتكما المشتركة ..

ماذا يمنعكما من أن تذهبا فى يوم أجازتكما الاسبوعية الى ضاحية من ضواحي المدينة أو الى الريف أو إحدى الحدائق العامة لقضاء يوم بأكمله هناك ؟

ان تغيير الاطوار الذى يضمكما سويا من وقت لآخر عامل هام جدا لتدعيم سعادتكما .. ستأتيتكما أطياف الايام الجميلة التى امضيتها فى فترة الخطوبة أو شهر العسل فى مثل هذه الرحلات القصيرة السريعة . وسترجعان سويا الى عشكما والسعادة تظللكما والحب القوي يعمر قلبكما .. وهكذا تتدعم شركتكما وتتأكد علاقتهما المقدسة ..

وكلمة أخرى أوجهها لكل سيدة من سيداتنا هي أنه لا يضايق الرجل شيء من المرأة قدر رغبتها فى مناقشته فى كل صغيرة وكبيرة تعترض حياتهما .. فحذار من الدخول معه فى نقاش مستمر .. واقتصدى بقدر الامكان فى عرض مشاكلك عليه وحاولى أن تحلينها دون علمه .. ان الرجل لا يطلب من المرأة

الزمن وكلما مرت الايام على الزواج ..

والواقع أن هذا الذى يشكو منه الأزواج أو الزوجات ليس جزرا ان صبح ولكنه يعتبر نوعا من الملل والسأم مركب فى طبيعة الانسان ويظهر دائما اذا استمر يحيا حياة واحدة رتيبة ليس فيها تغيير أو تبدل ..

وبما أن الحياة الزوجية المثل لا تحتمل التغيير والتبدل بمعنى انه ليس فى الامكان ان يأتى الرجل بامرأة غير امرأته بين الفينة والفينة كما أنه ليس بامكان السيدة أن تأتى برجل غير رجلها من وقت لآخر فلا بد من حل لهذا الملل والسأم ..

ان فيض الحب البدي يسيطر على العلاقات الزوجية فى بدايتها سرعان ما ينحسر ويتحول الى نوع هادىء من الصداقة واللفة تدعمهما المصالح المشتركة والمسئولية المزدوجة ..

وعلى هذا يجب عليك يا سيدتى أو عليك يا سيدى أن تفهما هذه الحقيقة وأن تعملوا على تدعيم حياتكما الجديدة ان كنتم جديدين فى ميدان الزوجية بتغيير سيطر من وقت لآخر فى



# بالبريما



جلبه بوكس  
ابيض مقرب  
بكره اسود

ح  
١٣٥

اطلبوا الصنف ٣٨

بالتا



٥ - ما اسم القبائل العربية التي  
تسكن في الصحراء السورية ؟  
أ ( عرب الرولة  
ب ( البيضاء  
ج ( الخيامية  
الاجابة الصحيحة ص ٧٠

٤ - ما اسم اللواء السوري  
المتنازع عليه بين سورية وتركيا ؟  
أ ( طرابلس  
ب ( انطاكية  
ج ( الاسكندرونة

وأعرف سيدة أخرى لا تقل  
عن سابقتها حرصا على محبا  
زوجها ورضاه ولكنها لم  
تستطع أن تصل الى هدفه  
أيضا .. والسبب هو أنها  
كانت تسأله كل يوم قبل  
خروجه من المنزل : أين  
ستذهب ؟ ومتى ستعود ؟  
ومن ستقابل ؟ ولماذا ستقابل  
هذا أو ذاك ؟ بحيث ضج  
الرجل من هذا الفضول وأعلن  
بصرامة أن هذه الامور تثير  
أعصابه وتجعله يحس بأز  
الزوجية ليست سوى قيد  
وقيد ثقيل انه غير موضع  
لثقتها وان الافضل لها أن  
تتركه يشعر بحريته لان في  
هذا تدعيما لجهما المشترك .

والامثلة كثيرة وكثيرة  
جدا .. فاياك والمجاج أو  
التكلم فيما لا يهمك اطلاقا  
حتى وان مزقك الفضول  
وحرق أعصابك ... ان عش  
الزوجية أفضل مكان  
لسعادتك وسعادة زوجك  
وأولادك .. لو استطعت أن  
تخلق الجو المناسب ..  
تستطيعين الاستئثار بزواجك  
.. وفيه تستطيعين الوصول  
الى المنتهى ، منتهى السعادة .

١٠ خ

سوى أن تهين له الجو الذي  
يستطيع أن ينسى فيه عمله  
ومتاعبه العامة ولذا فلا داعي  
لان تشغليه بخلق متاعب  
خاصة له ..

وقد عرفت سيدة تحب  
زوجها حبا جما وكل همها  
في الحياة أن تراه راضيا  
عنها وبالتالي عن نفسه ..  
ولكنها رغم ذلك فشلت في  
الوصول الى هدفها .. هل  
تعرفين السبب ؟ كانت  
تأتيه كل صباح لتسأله : ماذا  
تريد أن تأكل اليوم ؟ أتريد  
بطاطس أم قلقاس أم  
فاصوليا ؟

وكان في البداية يجيب  
عليها لاعتقاده انها تريد أن  
تعرف أي الاطعمة يفضل  
ولكن لما وجدها تعودت على  
ذلك أبدى تبرمه وعدم رضاه  
عن طريقته وأفهمها أكثر من  
مرة أن عليها اكتشاف ذوقه  
ورغباته في الطعام وغير  
الطعام بمجرد ملاحظته ودون  
سؤاله بانتظام رتيب وبشكل  
مثير .. وقال لها بالكلمة  
الواحدة : « اننى غير مستعد  
لان أشغل فكرى فى هل من  
المستحسن أن آكل بطاطس  
أم قلقاس لان هذا ليس  
عملى »



# شهادة من ابن



## آلام الصدر ونزف القلب

للدكتور سنغورو كامل غبريال

أردت أن أكتب في هذا الموضوع نظرا لأنه شكاوى مستمرة نسمعها من المرضى وخاصة السيدات فكثيرات منهن يذهبن للطبيب لانهن يشكون من نغز في القلب أو ألم في الصدر ويخفن أن يكون القلب قد أصابه مرض - وإذا بدأنا بحالات القلب التي تسبب آلاما بالصدر نذكر الجلطة الدموية وهي حالة خطيرة تكون بشكل ألم شديد في منتصف الصدر يمكن من ساعات إلى أيام باستمرار ويكون مصحوبا بقيء شديد وهبوط عام وارتفاع في درجة الحرارة وسبب ثان هو الذبحة الصدرية ويكون بشكل ألم في منتصف الصدر ويتجه إلى الذراع والكتف الأيسر وقد ينتقل إلى الرقبة والفك ويحدث الألم عند عمل مجهود كالمشي أو الصعود على السلم ويختفي الألم عند الراحة وتحدث هاتان الحالتان نتيجة ارتفاع ضغط الدم وتصلب الشرايين وذلك في معظم الأحيان

وثمة سبب آخر هو اضطراب القلب نتيجة إجهاد أو اضطراب نفسي وتُسبب هذه الحالة ألما تحت الثدي الأيسر وهناك حالات تقل أهمية عما ذكر فالتهاب غشاء القلب وبعض حالات روماتزم صمامات القلب وكذلك حالات تضخم الشريان التاجي

والتهابة وهذه تحدث نتيجة الإصابة بمرض الزهري كل هذه قد تنتج آلاما مختلفة الشكل من نغز إلى نشر إلى غير ذلك من آلام - وسبب شائع هو التهابات عضلات الصدر وخاصة الناتجة عن الروماتزم « والروماتزم هنا خلاف الحمى الروماتزمية المعروفة » وهذا الألم يزداد عند الكحة أو عمل مجهود ينتج تحريك هذه العضلات

والتهاب أعصاب الصدر يسبب آلاما تنتقل في اتجاه مواز للضلع وقد تكون آلام الصدر ناتجة عن أمراض العمود الفقري والالتهابات التي تصيب فقرات العمود الفقري واليافه وكذلك السرطان وانفصال العضروف كل هذه تسبب آلاما وخاصة عند تحريك سلسلة الظهر وأمراض الرئتين فالتهاب غشاء الرئتين يسبب آلاما تكون في شكل نغز ويزداد الألم عند التنفس العميق أو عند الضغط وهذه الحالة غالبا ما تكون مصحوبة بعوارض أخرى كالكحة .

وبعض حالات الدرن الرئوي وسرطان الرئة وتضخم غدد الرئتين وانسداد شريان الرئة كلها تسبب آلاما بالصدر . وثمة أسباب أخرى لا توجد بالصدر ولكنها تحدث

آلاما نذكر منها التهاب المرارة فكثيرون يشكون علاوة على العوارض الخاصة بها ألما تحت الثدي في موضع القلب أو ألما في الكتف الأيمن أو ألما في الظهر وقد يكون الألم يشبه ألم الذبحة الصدرية . وحالات تمدد المعدة وانتفاخ الأمعاء قد يضغط على القلب ويسبب آلاما بالصدر والذين يشكون من حموضة بالمعدة قد يشكون بالألم يمتد إلى المعدة ويكون بشكل حرقان وهناك حالات لا داعي لوصفها لأنها تحتاج لتفصيلات دقيقة

الحصبة مرض معد يصاب به الطفل مرة واحدة في عمره إلا في أحوال نادرة ويصيب المرض الأطفال الذين تتراوح أعمارهم ما بين ثمانية أشهر وخمس سنين . أما الأطفال الذين يقلون في العمر عن ستة أشهر فيندر أن يصابوا بالمرض . وسبب هذا المرض فيروس يوجد في إفرازات الجهاز التنفسي للإنسان ينتقل الفيروس المكتسب للمرض في الرذاذ المتناثر من فم وأنف المريض أما الملابس والأدوات التي لوثها المريض فلا تنقل العدوى . وقشور الطفح لم يثبت أنها معدية .

وأكثر أيام نشر العدوى هي الأيام الأولى من المرض قبل ظهور الطفح . مدة الحضانه حوالي عشرة أو أحد عشر يوما . والاعراض هي إفراز مائي من الأنف وارتفاع في الحرارة وكحة وتدميع العين واحتقانها وظهور نقطة بيضاء مزرقه صغيرة في الغشاء المخاطي للخد من داخل الفم مقابل الضروس الامامية . وفي اليوم الثاني أو الثالث تنخفض درجة الحرارة إلى الدرجة الطبيعية أو أقل من ذلك ثم ترتفع ثانية في مساء اليوم السابق لظهور الطفح . ويظهر الطفح بعد ثلاثة أو أربعة

كسرطان المعدة والمرى والتهاب البنكرياس وتضخم الطحال الخ . . . العلاج نظرا لتعدد الأسباب التي تسبب آلام الصدر فالعلاج يكون منصبا على علاج السبب فكل حالة لها علاجها الخاص . وبذلك يكون قد وضح لكم الأسباب العديدة التي تسبب آلام الصدر فلا داعي للتسرع واتهام القلب كسبب لها إذ تبين لكم أن القلب يسبب نسبة قليلة من آلام الصدر وخاصة في السيدات حيث انهن أقل عرضة لأمراض القلب من الرجال .

## الحصبة

بقلم الدكتور عبد الفتاح حسين

وأكثر أيام نشر العدوى هي الأيام الأولى من المرض قبل ظهور الطفح . مدة الحضانه حوالي عشرة أو أحد عشر يوما . والاعراض هي إفراز مائي من الأنف وارتفاع في الحرارة وكحة وتدميع العين واحتقانها وظهور نقطة بيضاء مزرقه صغيرة في الغشاء المخاطي للخد من داخل الفم مقابل الضروس الامامية . وفي اليوم الثاني أو الثالث تنخفض درجة الحرارة إلى الدرجة الطبيعية أو أقل من ذلك ثم ترتفع ثانية في مساء اليوم السابق لظهور الطفح . ويظهر الطفح بعد ثلاثة أو أربعة





447

عندما يشتد القيظ  
يتأب الآلاف مناشق التوعكات  
مثل الصلحاح واحتقان الدماغ والأرث  
وهبوط الجسم على وجه عام . فإن أغلب هذه  
العمل من الممكن التخلص منها على وجه السرعة لأن قرصين  
أو قرصاً من 'اسيرو' يعيدان إلى الجسم الراحة والعافية..  
'اسيرو' مقاوم للحرارة فهو يبدأ أولاً بتخفيض الحرارة.. وهكذا  
يساعد الطبيعة على القيام بعملها في التغلب على الداء وفضل  
عن ذلك فإن 'اسيرو' يقاوم توعكات الصيف من غير أن يخل  
أو يسقط ومن غير أن يسبب أدنى ضرر للقلب أو المعدة... تذكر

# اسيرو

## يفضي على أمراض الصيف!

انها الفكرة صائبة جداً ان تتناول 'اسيرو' مع فتيان من القهقهة اثناء الطقس الحار..  
بالطبع ان 'اسيرو' يخفف من حاد عاكس بيضاوي ذلك القهقهة الساخرة منهم مفيداً مأثراً... انه مركب هار

اسيرو يخفف ويريح في الحال

س.ت. مصر ٧٨٦١

### اعلان

( استمارة ٤٩ ع.ج ) على بياض  
رقم ٥٢١٦٩٩ و ٥٢١٧٠٠ و  
٥٢١٧٠٠ وقد اعتبرتهما القنات  
ملفاه لكل من يحاول استعمالهما  
يعرض نفسه للمحاكمة الجنائية  
( ٧٩٢٥ )

تعلن القوات الجوية فقد  
الشيخين على بياض رقمي (ج) ٧٧٤٩  
و ٧٧٥٠ بكعيهما من الدفتر رقم  
٧٧٠١ الى ٧٧٥٠ وكذا عند ٣

التسممية وفيها يرتفع  
المريض ويهلوس وترتفع  
حرارته كثيراً ومنها الحصبة  
الرئوية أو الاختناقية فيكون  
هناك ضيق في التنفس من  
أول ظهور المرض .

ومضاعفات المرض هي :  
التهاب الحنجرة والتهاب  
الشعب والالتهاب الشعبي  
والتهاب الجفون والتهاب  
الملتحمة في العين وتقرحها  
.. والتهاب الاذن الوسطى  
ويصح أن يفقد المريض  
السمع . والنزلات المعوية  
الحادة ويمكن أن تحدث في  
الدور الاول من المرض أو  
في مدة ظهور الطفح أو بعد  
اختفاء الطفح ويمكن أن  
يحدث التهاب في الحبل  
الشوكي فيظهر على شكل  
تشنجات وأعراض عصبية  
والقرحة الاكالة للفم .  
والحصبة تنشط في بؤر  
السل اذا كانت موجودة في  
الغدد الشعبية ثم يظهر  
السل الرئوي .

ولمكافحة المرض يحجز أي  
طفل يظهر عليه أعراض  
رشحية مع حمى عن بقية  
أطفال المنزل في غرفة  
صحية وبعد الشفاء تشمس  
الغرفة لمدة يومين وتغسل  
أرضيتها بالماء والصابون  
والفرش والاولاني والملابس  
التي استعملها المريض بالماء  
الساخن والصابون .

واذا خالط طفل غير  
مريض آخر مصاباً بالحصبة  
يسمح للمخالط بالذهاب  
الى المدرسة اذا كان أصيب  
بالمرض قبل ذلك لانه ليس  
هناك حامل لفيروس  
الحصبة أما اذا كان الطفل  
المخالط لم يصب بالمرض  
قبل ذلك فيذهب الى المدرسة  
في السبعة أيام الاولى من  
ابتداء تعرضه للعدوى أي  
بعد أربعة أيام من ظهور  
الطفح على الطفل المريض ثم  
يحجز في المنزل خمسة

( البقية على ص ٧٠ )

أيام من ظهور الاعراض  
الرشحية . وعند ظهور  
الطفح تقوى الاعراض شدة  
فترتفع درجة الحرارة .  
ويسرع التنفس .

وفي الحالة غير المصحوبة  
بمضاعفات تنخفض درجة  
الحرارة بالتدريج الى  
الحرارة الطبيعية في أثناء  
الشماني والاربعين ساعة التي  
تلي ذلك أثناء اختفاء الطفح  
ولكن الحرارة والطفح يمكن  
أن يمتد لمدة أربعة أو خمسة  
أيام . وتختفي نقط كوبلك  
عادة مع ظهور الطفح .  
ويظهر الطفح أولاً في الجبهة  
بجانب الحواجب وأسفل  
وخلف الاذنين وفي المنطقة  
التي حول الفم أي الى  
الرقبة والجذع من الامام  
والخلف وفي الذراعين  
والساقين واليدين  
والقدمين . يظهر الطفح أولاً  
على شكل بقع غير منتظمة  
ترتفع قليلاً عن سطح الجلد  
لونها أحمر مختلفة في الحجم  
من اثنين الى ستة ملمترات  
ثم تتحد هذه الحبيبات على  
شكل أهلة يختفي لونها  
عند الضغط عليها أما  
الجلد الذي بينها فيكون لونه  
أبيض . وهذا الاتحاد يمكن  
أن يكون مساحات من  
الاحمرار خصوصاً على الظهر  
ويتغير لون الطفح الى بني  
ويختفي الطفح بعد يومين  
الى خمسة أيام بترتيب  
ظهوره ويترك قشوراً خفيفة  
كالردة .

والحصبة أنواع مختلفة  
فمنها ما لا يظهر طفح فيه  
بعد الاعراض الخاصة  
بالمرض ولكن تظهر نقط  
كوبلك وهذا النوع يحدث  
خصوصاً بعد تحصين  
الطفل لغرض تخفيف المرض  
عند حدوثه . ومنها نوع  
يسمى الحصبة السوداء أو  
الترفية وهو نادر جداً  
ومميت فيه تحدث أنزفة  
في الأغشية المخاطية والجلد  
ومنها نوع يسمى الحصبة



الجندي الفرنسي - الستدى موش شوفناها في الهند الصينية قبل كده ؟

أمامه الا ان كانت فتاة صغيرة  
أو كان هو مستعجلا .  
وان كان زوج وزوجة أو  
خطيب وخطيبة أمام باب أحد  
المطاعم . فمن يدخل الأول ؟  
انه الرجل . فعليه أن يفتح  
الباب وأن يجتاز العتبة  
ويمسك درفة الباب لزوجته  
أو خطيبته ثم يسير أمامها .  
وينعكس الترتيب عند  
الخروج . فالمرأة هي التي  
تسير نحو الباب أمام الرجل  
الذي يقوم بفتح الباب ويدعها  
تخرج ثم يخرج خلفها .  
وفي السيارات العامة  
ومراكب الترام وعربات  
السكة الحديد فان من يريد  
أن يغلق النافذة يجاب الى  
طلبه على الذي يريد أن تظل  
مفتوحة . فان للبرد عواقب  
اوخم من عواقب الحر . . .

الأشياء المتروكة في الغرفة  
ولكن هناك خطرا من أن  
يغلق الانسان الباب على  
نفسه ان كانت السن قد  
تقدمت به أو كانت صحته على  
غير ما يرام . فلو حدث له  
حادث أثناء الليل وكان بابه  
مغلقة تعذرت نجاته بسرعة .  
من يمر من الباب ؟ انه  
الشخص الذي يستحق  
الاحترام . فالرجل يتسرك  
المرأة تمر أمامه ، والفتاة أو  
الشابة تمر بعد أى شخص  
مسن .  
وان كان الأمر بين صاحب  
العمل ومستخدمه ؟ فان الاول  
بوصفه رئيسا له الاولوية  
بدون شك ولكن في  
استطاعته أن يبرهن على  
حسن تربيته بأن  
يتترك المستخدم عنده تمر

الأسرة . انه من الواجب  
احترام حرية الآخرين .  
ويضيف محرر هذا المقال  
أن باب الصالون وغرفة  
الأكل والمطبخ لا يقرع .  
ان كنت في منزلك أو  
نزلت ضيفا على أحد الاصدقاء  
أو الاقارب فانه من قسلة  
الدوق اغلاق باب غرفتك  
بالمفتاح الا ان كان في المنزل  
اطفال يعيثون بكل شيء .  
ففي هذه الحالة يمكنك قفل  
باب غرفتك بالمفتاح بعد  
استئذان أصحاب البيت ان  
كنت ضيفهم .  
أما ان نزلت في فندق فمن  
حقك أن تغلق الباب بالمفتاح  
ان دخلت لتنام . وان خرجت  
في النهار فيجب عليك اغلاق  
الباب وإيداع المفتاح في مكتب  
الفندق الذي يصبح مسئولا عن

## قرأت لك

بينما كنت اتصفح  
المجلات التي تصدر اسبوعيا  
في بلجيكا لفت نظري هذا  
الموضوع الطريف قرأيت أن  
الخصه لك في هذه الاسطر :

ما هو الباب الذي يجب  
أن تفرغه قبل دخولك ؟ انه  
بلا شك باب غرفة النوم ،  
وباب المكتب ، وباب الحمام  
حتى لو كنت فردا من أفراد



# تولى لنا كيف تسافرين تقول لك من أنت؟

ان أقل حركة تصدر عنا ، وسلوكنا فى كل ظرف من ظروف الحياة تكشف عن شخصيتنا رضيعنا أم لم نرض ، ان الذين يسمعونك أو يرونك يستطيعون جمع العناصر الكافية للحكم لك أو عليك . حاولى أن تعرفى الرأى الذى كونه عنك من شاهدهك تسافرين

## أى وسيلة للمواصلات تختارين ؟

هناك الوسيلة التى تختارينها بالضرورة ( مالية او عملية ) . وفى هذه الحالة لا يستطيع أحد ان يكشف شخصيتك على حقيقتها . ولكن قد يكون اختيارك بوحى من ذوقك ..

### الطائرة :

أنت تحبين كل ما هو حديث . ان كنت شابة فانك ذات نشاط زائد عن الحد الطبيعي وجريئة او محبة للظهور . أما ان كنت كبيرة السن فان اختيارك للطائرة لدليل على تقديرك للوقت حق قدره مع احتفاظك لشبابك على الرغم من تقدم السن بك .

### السيارة :

اختيارك للسيارة فى السفر دليل على حبك للاستقلال وكراهيتك للزحام .

### القطار :

ان طبعك متزن كما أنك محبة للاجتماعات والراحة كما تفهمها الطبقة الوسطى . كما أنك لا تكرهين المواعيد المحددة التى تقيد حريتك بعض الشيء .

### أنك تسافرين بالقطار :

يجب اذن أن تحجزى مكانك خاصة ان كنت مسافرة فى فصل الاجازات والا كان لاهمالك هذا أسوأ العواقب . ان الذين يعرفونك سيحكمون عليك بانك لا تنظرين الى بعيد وقد لا تحجزين مكانك لانك تقولين فى نفسك « لا بد ان أجد رجلا يتنازل لى عن مكانه » .. لا شك أنك كسولة وأنايية وانك تستغلين كرم غيرك أسوأ استغلال .

وقد تحجزينه دون أن تطلبى من الموظف مكانا بعينه . انك اذن ذات طبع هادئ تحبين الحياة التى ليس فيها تعقيد . أما ان كنت تطلبين عند الحجز مكانا تحددينه فانك مدققة ، حازمة ولكن قد يذهب هذا التدقيق أحيانا الى حد الشدود .

### حقائبك :

أنك تحملين من الحقائب أكثر مما يجب : فهذا دليل على عدم اطمئنانك ونقص فى تفكيرك . أنك لا تحملين ما فيه الكفاية من الحقائب : أنت اذن كسولة بوهيمية لا تباليين بما يعرض لك من الامور .

أنك تحزمين حقائبك بسرعة : هذا دليل على نشاطك وحبك للنظام . أو دليل على تهاونك وتكاسلك .

أنك تحزمين حقائبك ببطء : هذا دليل على المثابرة أو دليل على التهاون والتكسل .

تكتبين قائمة قبل سفرك بشهر : أنت صاحبة رأى وتدبير .

تكتبين قائمة قبل سفرك بيوم : أنت مهملة ولكنك تحاولين معالجة هذا الإهمال بما لك من قوة ارادة وحسن تفكير

أنك لا تكتبين قائمة على الإطلاق : فان كنت لا تسين شيئا كان كسلك على حق فى ايمانه بسرعة تفكيرك وقوة ذاكرتك .

### عند وصولك الى المحطة :

أنك تصلين الى المحطة قبل وقوف القطار على الرصيف : أنت حريصة الى أبعد حدود الحرص .

أنك تصلين عند قيام القطار : عدم استقرار على رأى ، عدم دقة ، ضعف ارادة .

أنك تنادين على أحد السبيليين لانك تحملين عدة حقائب : حكمة وادراك حقيقى لضرورة هذا الاجراء مع ما يتكلفه من نفقات .

أما ان كنت تحملين وزنا معقولا من الحقائب وطلبت شيئا فانت بلا شك ذات صحة ضميقة . أو من من اللواتى يملن الى بذل أقل مجهود ممكن . وان طلبت شيئا للحقيبة صغيرة فسوف يرمونك بالكسل أو حب الظهور والاسراف

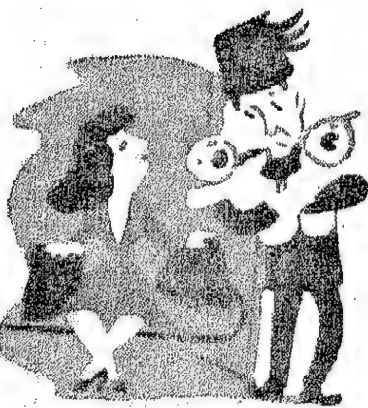
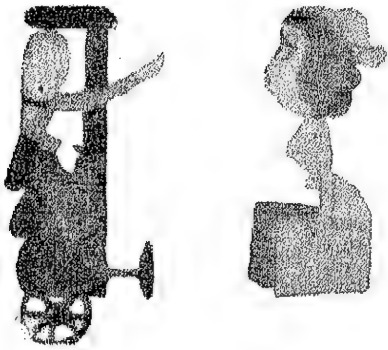
### فى القطار :

ان تنازل أحد المسافرين عن مقعده لك وحاولت بين الحين والآخر أن تعرضى عليه الجلوس كى يستريح قليلا دل على عرفانك للجميل وعلى حسن تربيتك .

أما ان جلست فى مقعده وتركته واقفا طول المسافة ، دل ذلك على غلظة وسوء تربية . وان ذهبت فى ساعة الغداء الى عربة الأكل وكنت ذات دخل يسمح لك بذلك فان هذا التصرف لا غبار عليه . أما ان كان دخلك قليلا فانت تملين الى كل ما يسهل أمورك بصرف النظر عما تتكبدى من مصاريف . وان احضرت غداء بسيطا فانت معتادة السفر ، معتدلة فى كل تصرفاتك ، حسنة التربية . وان كان الطعام الذى احضرته ذا رائحة قوية فانك بلا شك لم تفكرى فى غيرك . وان دعوت من معك فى الصالون الى مشاركتك الطعام فانت كريمة ولكنك تزيلين الكلفة التى بينك وبين الغرباء عنك بسرعة متناهية . وهذا عيب لا نريده لك .

### النزول من القطار :

تقفين فى ممر عربة القطار قبل وقوله بزمن : انه دليل على بعد نظرك وخوفك انك تدفعين من أمامك وتعطين حقيبتك للشخص الذى جاء ليستقبلك : أنت أنايية وناقصة التربية . وان قلت له ردا على سؤاله ان سفرك كان مريحا لولا بعض الحر فانت مترنة ودودة . أما ان أجبت بأن الحر كان فظيما وان المسافرين قوم لا يطاقون ، فانت كثيرة الشكوى ، متشائمة . وان أجبت بأنك مسرورة لرؤياه فانت ذات طبع هادئ وفى استطاعتك خلق صداقات جديدة .



## A high-contrast, grainy black and white photograph of a person's face. The face is mostly obscured by deep shadows, with only the right eye and part of the nose and cheek visible. On the left side of the frame, there is a dark, textured, and somewhat abstract shape that appears to be part of the person's hair or a shadow. The overall image has a very noisy, high-contrast quality.

... تفادي وجود حالة

سوداء تحت العينين • وعلى الرغم من اعتقاد البعض أن هذه الحالة تزيد الوجه سحرا ، فإننا نرى أنها تجعله يبدو أكبر سنا . . اعملي اذن على ازالتها » ان لم تكن نتيجة لمرض عضوى » بوضع كريم فيه فيتامينات يمكنك الحصول عليه لدى معاهد



التجميل • وان كنت تشعرين بحرقان في العينين وان امتد  
هذا الحرقان الى الجفنين ، لا بد لك من وضع كمادات  
محلولة الشاي الساخن مساء قبل الذهاب الى الفراش فان  
مفعولها مضمون • وهناك وصفة بلدى تقضى على هالة العين  
طبعة من البطاطس غير المطهية •

... وان ظهرت التجاعيد

تحت عينيك على الرغم من  
الاحتياطات التي اتخذتها .  
قومي بقرص البشرة قرصات  
خفيفة وذلك بتناول الجلد  
بالابهام والسبابة ثم قومي بعمل  
تدليك خفيف بكريم خاص مع  
الحرص على الاتجاه من الانف  
الى السالف للحاجب الاعلى ومن



السالف الى الانف للحاجب الاسفل . وهذا محلول نافع جدا لازالة التجاعيد يمكنك استعماله ثلاث مرات في الاسبوع بطريق الرش : ٢٥ جم صبغة لبان جاوى ، ٢٥ جم خل سناليسيل ، ٢٥ جم ماء ورد ، ضعى هذا المحلول بالبخاخة ورشى بها الاجزاء التى بها تجاعيد .

... أولا أن تتفادي ارهاق

عينيك بالقراءات أو بالأعمال  
الدقيقة التي تحتاج الى ضوء قوى  
وان لم يمكنك اتباع هذه النصيحة  
فاننا نطلب منك أن تريح عينيك  
باغماضهما من حين لآخر لمدة  
بضع دقائق \* وان رغبت فى  
ازالة تعب مؤقت ضعى على  
عينيك كمادات ماء بوريك دافىء



• والعين كأي عضو من أعضاء الجسم في حاجة الى تمرينات رياضية • واليك هذا التمرين : رأسك مستقيم • أنظري الى السقف دون تحريك الرأس • أنظري الى الارض ثم الى اليمين ثم الى اليسار • قومي بهذا التمرين لبضع دقائق كل مساء بعد ازالة الماكياج •

... ان کان جفناک وارمتين

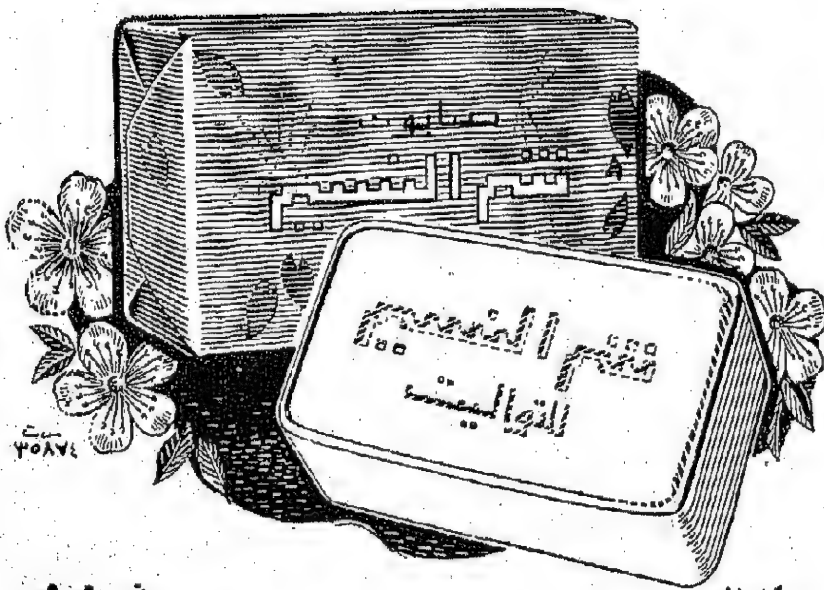
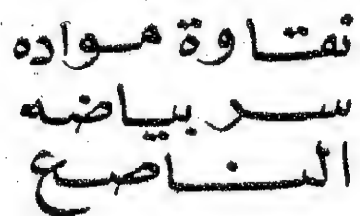
استشيرى طبيبا ذلك أن هذا  
الداء يكون في أكثر الاحيان  
نتيجة لاضطراب الغدد أو  
الكليتين ، وإلى حين زيارة  
الطبيب قومي عدة مرات في اليوم  
بعمل حمامات للعينين بالمحلول  
الأتى : أعلى لمدة دقيقتين سبعة  
رؤوس بابونج وحفنة من الشاي



في شيء من ماء الورد وبعد تصفيته تحصيلين على سائل  
أسمر غامق . أضيفي الى هذا السائل ماء مقطرا الى أن  
يصبح لونه أصفر . لا تنسى رج الزجاجاة قبل الاستعمال ،  
ان هذا العلاج قد يوفر عليك استشارة الطبيب . ولكن اياك  
واهمال زيارة الاختصاصي إن لم تزل هذه الحالة .



الصحة  
والنضارة



ش. ب. م.  
نايف عماد هاشم

المركز الرئيسي: ططاط ٣٣٠١ / ٤٩٧، القاهرة ٢٠٤١، الكود ٢٦١٥٩

انتہی

۷- روی

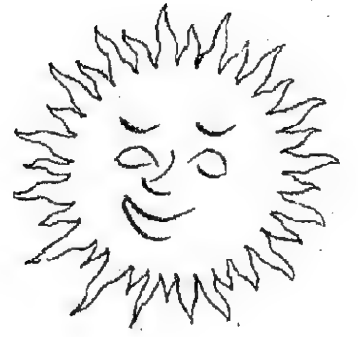
... محاولة عدم دحك عينيك فى الصباح وأنت تستيقظين من نومك . ان هذا الدحك يعكسهما ويعمل على ارتخاء الانسجة .

لا تبكى لاتفه الاسباب ! فقد ثبت أن الدموع تتلف الجفنين .

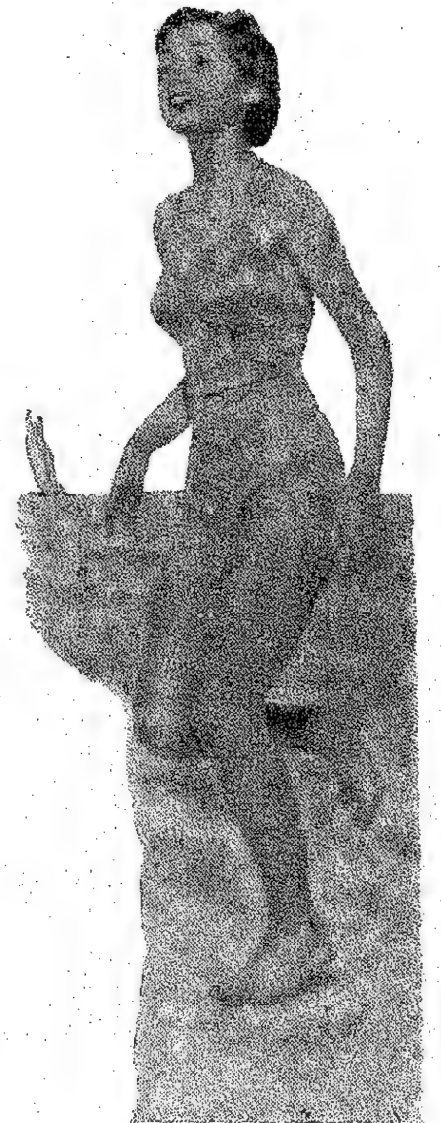
لا تكثرى من السهر ولا تطيليه . فان النوم العميق يزيد العينين جمالا وحيوية .



# استعملت كوكب اجمارك



الشمس مصدر الحرارة والنور وباعثة الحياة في الكائنات على اختلاف أنواعها وقد سجد لها وعبدها معظم الشعوب البدائية لما تجلبه من نفع عميم .  
وان نحن القينا نظرة اليوم على شواطئ العالم وجدنا الناس جميعا مستلقين على الرمال وكأنهم يستأنفون العبادة التي انشأها اباؤهم الاولون . ولكن يلاحظ احيانا ان هذه العبادة تذهب الى حد المبالغة فتنتج عنها حروق تظل اثارها ظاهرة فترة طويلة من الزمن تصل الى سنين .



ومعظم النساء والرجال يعتقدون ان العطلة الصيفية تكون ناقصة ان لم يعودوا وقد اسمرت بشرتهم وبدوا كأنهم تماثيل من البرونز !

وان كان للشمس اثرها الطيب على بعض الامراض التي تصيب البشرة كحب الشباب فانه يجب علينا ان نحذر اضرارها ونعمل على تلافيها . فان « ضربة الشمس » كثيرة الحدوث ، خاصة ان عرض الانسان نفسه لها لمدة طويلة وفي الوقت الذي تشتد حرارتها ينبغي اذن ان تكون حريصين والا نتعرض لها الا بالتدريج مع العمل دائما على حماية البشرة بمستحضر يقي من حرارة الشمس واشعتها المباشرة . ويلزم هنا ان نلفت النظر الى انه توجد اجسام لا تستطيع تحمل الشمس واقل اشعة تضرها فينتج عنها الاورتيكاريا او الاكزيما الشمسية وغيرهما من الامراض الجلدية الاكثر خطرا .

وأشد مضار الحمام الشمسي الذي لم يؤخذ على اصوله هو جفاف البشرة بسبب تبخر الماء منها نتيجة تعرضها لاشعة الشمس المباشرة . ويظهر اثر هذا الجفاف واضحا في اجزاء الجسم المعرضة للشمس أكثر من غيرها كالوجه والعنق ويقول احد الاخصائيين في الامراض الجلدية ان البشرة المعرضة لاشعة الشمس الدائمة والهواء الحار تحف بسرعة ويظهر عليها طبقة من القشور وتبدأ التجاعيد في الظهور . ويبدو الوجه والعنق ، بعد ان تحول لونهما الى السمرة

في حالة من الطراوة والنعومة المرغوبة . ويستعمل هذا الكريم مساء وصباحا وعند العودة من البحر . وقبل ان ترتدى ثوبك استخدمي اللحظات التي تستغرقينها في عملية الغيار ، بأن تضعي على وجهك كله وعنقك طبقة من الكريم هيدرانتات تكونين قد جعلته يتخلل المسام بواسطة التدليك .

والان وقد حافظت على مادية البشرة يجب عليك أيضا ان تحميها من لسعات الشمس مع السماح لها بأن تسمر . ولهذا الغرض ليس هناك افضل من استعمال الزيت أو الكريم الواقى من الشمس الذي يرشح بطريقة علمية اشعات الشمس المختلفة . فيحجز الضار بالبشرة .

## مضار الشمس :

ان حمامات الشمس تضر ضررا بالغا بالذين يعانون مرضا صدريا أو يشكون من الكليتين أو القلب . وينبغي كذلك على العصبيين المعرضين للارق ان يأخذوا بحمايات الشمس بحذر شديد وعلى المرضى بالكبد والذين يشكون الصداع الا يعرضوا أنفسهم للشمس خاصة بعد تناول الطعام .

كما يجب أيضا الامتناع عن تعريض الرأس للشمس مدة طويلة خاصة ان كان سائر الجسم في الظل ، وعن النوم في الشمس بعد تناول الطعام المباشر .

وكان صاحبهما قد تجاوزت سن الشباب . وتزيد هذه الحالة وضوحا حين تزول السمرة ويعود الى البشرة لونها الطبيعي الاصيل . لذا كان من الضروري حماية البشرة من العوامل التي تسبب جفافها .

وانه من الخطأ الاعتقاد ان الكمادات المغموسة بسائل من السوائل تكفى لتعويض البشرة ما ينقصها من ماء . ذلك ان سطح الجلد فقط هو الذي يصل اليه الماء وما ان يتعرض للشمس والهواء حتى يفقد هذه الرطوبة المؤقتة . ولادخال الماء في البشرة لابد من استخدام مواد أخرى كالجليسرين والكولسترين . وهناك كريم يحل محل هاتين المادتين ويعرف باسم « كريم هيدرانتات » وهو عبارة عن مزيج من الزيت والماء بنسبة ١ الى ٤ . ان هذا الكريم يشغل البشرة بسهولة كبيرة بدرجة انه لا يترك اى اثر عليها بعد وضعه عليها بواسطة التدليك . ويعرف هذا الكريم بالحساسية الباردة التي يتركها في البشرة وهي حساسية تختلف عن تلك التي تسبب عن الكريم الدسم المغلي . واخيرا فان « الكريم الهيدرانتات » يحوى كميات وفيرة من البروتين والشحوم الطبيعية والهورمونات والفيتامينات الخ . التي تجعل منه المستحضر المثالى لحفظ البشرة طوال فصل الصيف



# السيدات الانبيات

تجد السيدات الانبيات مضايقة جدية بسبب رائحة العرق الذي يؤدي اشتداد الحرارة الى افرازه ، ويتألم بعضهن كل الالم حتى انهن يتجنبن ارتداء الفساتين الخفيفة للسبب المتقدم .

وقد أصبح الان في امكان كل سيدة أن تطمئن الى هذه الناحية من نواحي التجميل والعناية بالبشرة بفضل صابون جديد أنتجته شركة الملح والصدودا على أساس الابحاث العلمية الاخيرة ، فان هذا الصابون الذي يعرف باسم « ج ١١ » يحتوى على مادة هيكسا كلوروفين الفعالة ، وهو يقضى على السبب الاساسى لرائحة العرق اذ يضعف قوة الجراثيم التى تسبب هذه الرائحة . وأن شركة الملح والصدودا لسعيدة أن تعلن على السيدات هذه البشرى .

صابون « ج ١١ »  
يباع في جميع الصيدليات



يمكنك أن تمتعى  
جسمك بأشعة  
الشمس دون أن  
يؤلك أى أذى .  
اقرئى نصائحنا  
جيذا واعمل بها  
تماما . وقد ارتدت  
هذه الفادة الحسناء  
بلويزة من الجرسية  
الخفيف الاصفر  
وبنطلونا كحليا  
لتجلس بهما على  
البلاج وتستمتع  
بنسيم البحر العليل



محلات  
حمامة  
٢٩ سليمان باشا  
شنت  
للسيدات

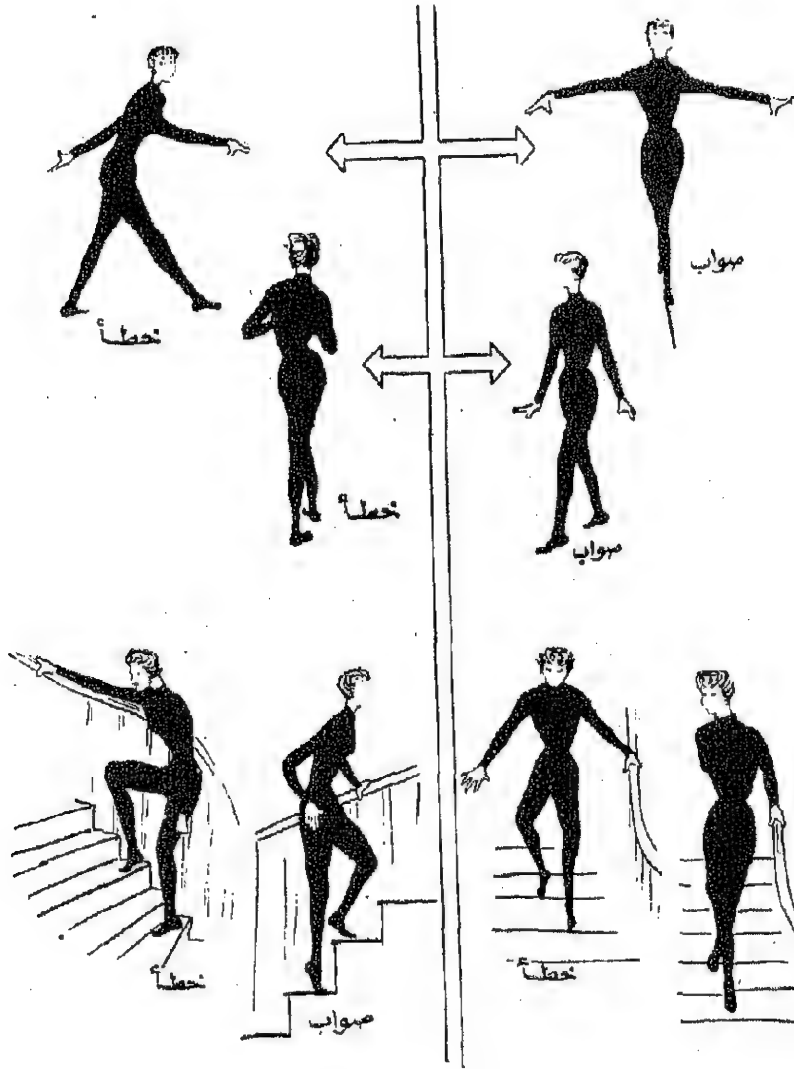
مصنوعات جلدية

والافضل أن تقومى قبل هذا الحمام بعمل بعض التمرينات الرياضية لتدفئة الجسم خاصة ان كنت خارجة من الماء . لا تتناولى أى طعام نصف ساعة على الاقل بعد الحمام الشمسى . ويستحسن الامتناع عنه أيضا في بعض ايام الشهر ، كذلك حين تزيد درجة الحرارة عن ٣٨ مئوية . ويجب ألا تزيد مدة الحمام على الساعة في اليوم والا جاء بعكس النتيجة المطلوبة منه .

الا أن هذا لا يعنى ان حمامات الشمس كلها مضار فانك لو تدرجت في تعريض نفسك لأشعة هذا الكوكب بأن تبدئى بخمس دقائق ثم بعشر وهكذا بحيث تستطيعين أن تمكثى مدة طويلة بعد مضي عشرة أيام اكتسبت صحة ونشاطا . ولا يؤخذ حمام الشمس الا ان كان الجسم ممددا وان كنت فرغت من تناول طعامك قبل ذلك بساعتين على الاقل

# الجازبية في نقطة

## ١ - امشي بانزان



احذري  
١ - أن تقلدي مشية أي  
انسان .

ب - أن تمشي وكنفيك الى  
الامام .

ج - أن تضغطي على الكعب  
قبل أن تضغطي على الاصابع .

د - أن تثنى ركبتيك أكثر  
من اللازم .

هـ - أن تبعدى قدميك عن  
بعضهما .

و - أن تكون خطواتك صغيرة  
جدا أو كبيرة جدا .

ز - أن تهزى ردفك .

يجب

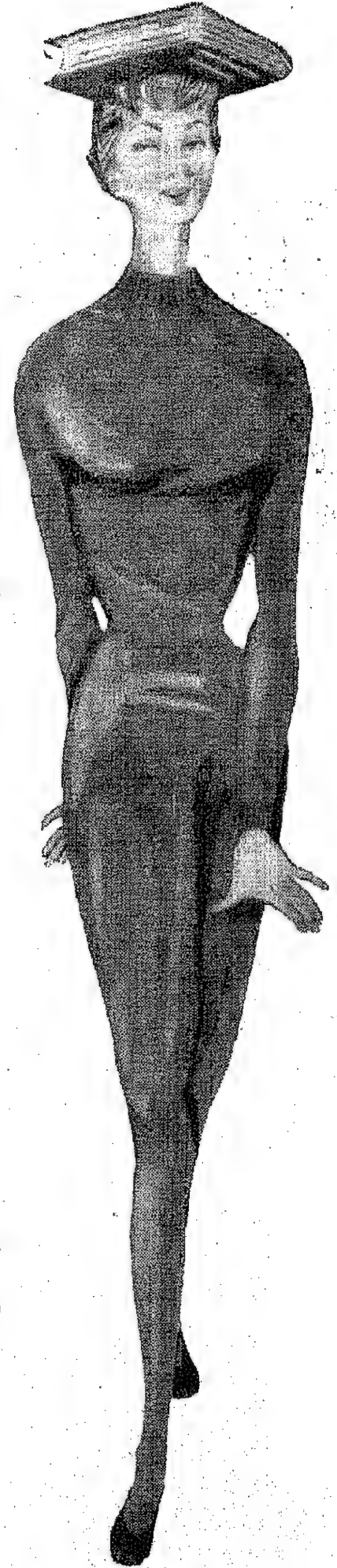
١ - أن تتمرني يوميا لمدة  
عشر دقائق على المشي على خط  
مستقيم مقلدة اللواتي يرقصن صواب  
على الحبل ويحافظن على  
اتزانهن بواسطة أذرعتهن .

ب - أن تضعي كل قدم  
امام الأخرى تماما وان تدوري  
الى خلف مركزة على طرف قدميك  
مع ادارة كل الجسم ثانياة  
واحدة قبل ادارة القدمين .

ج - بعد ثلاث دقائق من  
هذا التمرين ، امشي بحرية بين  
خطين متوازيين بعيسدين عن  
بعضهما بمقدار ٥ سم مع  
جعل القدمين مستقيمتين امامك  
ووضع كتاب على رأسك .

د - لكي لا تهزى ردفك ،  
يجب أن تتعلمي كيف تنقلين  
ثقلك من القدم الخلفية الى  
القدم الامامية مع ثني الركبة  
ودون الارتكاز على مفصل  
الردف .

هـ - تعلمي المحافظة على  
الصدر مشدودا والعنق مرفوعا  
الصدر على قفصه كما لو  
كانت الساقان معلقتين فيه .  
و - اعتني بارجحة الذراعين



١ - أن تنحني قليلا الى الامام  
وحمل الثقل اعلى من الردفين  
ب - أن تضعي بقوة احدي  
القدمين . وأن تندفعي الى اعلى  
بالقدم الأخرى مع رفع  
الركبتين الى المستوى الذي  
يسمح بالصعود دون بذل أي  
مجهود عضلي .  
وللنزول :

الذراع اليمنى تتقدم مع القدم  
يسرى واليسرى مع القدم  
اليمنى .

## ٢ - تعلمي نزول السلم

كانت الممثلة الفرنسية المعروفة  
سيسيل سوريل حينما تصل  
الى اسفل سلم كازينو دي باري  
تسأل من شاهدها : هل  
أحسنيت نزوله ؟

وان سرت على النصائح التي  
نقدمها لك على هاتين الصفحتين  
كان في استطاعتك نزول السلم  
وصعوده بطريقة غاية في الرشاقة .

احذري

١ - أن ترفعي نفسك رفعا  
على الدرابزين

ب - أن تنحني وتسحب  
نفسك سحباً على الدرج .

احذري  
١ - أن تمشي وركبتك بعيدتان  
عن بعضهما  
ب - أن تضربي الكعبين  
ج - أن تنحني الجذع الى الامام .  
يجب

١ - ان تدوري قليلا جدا الى  
جانب لكي تری الدرج دون ان



لے اُرفعے سوی ۳ جینھات " قِمہ القسط الازدک



ثم حصلت  
على  
ماكينة الخياطه  
المشهورة

بروالتی



صواب



خطأ



صواب



خطأ



# باترون بنت النيل بلوزة وجونيلة للصيف

الخلفى • ضعى منتصف  
الظهر على ثنية القماش كما  
هو مبين •

٨ - الجيب • ضعى اتجاه  
القماش كما هو مبين •

٩ - قلابة الجيب • ضعى  
اتجاه القماش كما هو مبين •

**القص :** أنظري الى الرسم

المنشور أمامك على هذه

الصفحة وضعى قطع الباترون

على القماش كما هو مبين

ثم قصى جميع قطع الباترون

على القماش المثنى فى اتجاه

العرض فيمينا يختص

بالشيميزيه • وسوف

تلاحظين أن القطعة الاولى

مأخوذة ضد اتجاه القماش

لتحصلي على تقليمات الموديل

ولما كان القماش ليس عريضا

بما فيه الكفاية للحصول على

هذه القطعة مرة واحدة ولكي

تتفادي شراء أمتار أكثر يمكن

إضافة قطعة من القماش الى

أسفل على أن تكون

النقطة على النقطة والخط

على الخط ان كان القماش

**الامتار :** للشيميزيه

١٦٠ عرض ٩٠ سم ،

الجونيلة ٢٧٥ عرض ٩٠

سم •

يتألف باترون الشيميزيه

من ٥ أجزاء :

١ - الجزء الاول الامام ،

ضعى المنتصف الامامى عكس

اتجاه القماش كما هو واضح

على الباترون

٢ - الجزء الثانى الامام ،

ضعى اتجاه القماش كما هو

مبين على الباترون •

٣ - الظهر • ضعى

منتصفه على ثنية القماش كما

هو مبين فى الرسم •

٤ - الياقة • ضعيها

مرتتين كما هو مبين فى

الرسم •

٥ - الكم • ضعى اتجاه

القماش كما هو مبين •

٦ - الجونيلة • الجزء

الامامى • ضعى اتجاه

القماش فى منتصف الامام

كما هو ظاهر على الباترون •

٧ - الجونيلة الجزء



## كوبون باترون بنت النيل

هل تريد الحصول على باترون هذا الطقم الداخلى ؟

تقدمي بهذا الكوبون الى ادارة مجلة بنت النيل ٤٨

شارع قصر النيل بالقاهرة فى موعد يبدأ فى ٦

يوليه سنة ١٩٥٤ ولا يتجاوز ٢٥ منه •

**ملحوظة :** وان كانت القارئة خارج القاهرة أو

جمهورية مصر فعليها أن ترسل هذا الكوبون على

العنوان المذكور مصحوبا بآذن بريد فئة الخمسة

قروش لتغطية مصاريف البريد • مع ذكر الاسم

والعنوان بالكامل •

## باترون بنت النيل

ان طراز الشيميزيه

دارج هذا الموسم • ويتكون

هذا الطقم من جونيلة سهلة

اللبس بفضل اتساعها، وهى

من النيل • أما الشيميزيه

فهى من البوبلين المقلم ،

ويلاحظ ان الشيميزيه

له قصة جديدة ، فله كمان

قصيران وصف من الازرار

وياقة صغيرة مفتوحة وعلى

الجونيلة جيب كبير واحد

**الموديل رقم ١ :**

محلى بقلابة مدببة •

طقم مكون من بلوزة من

الدوبيون وجونيلة بمربعات

كبيرة سوداء وبيضاء • جيب

كبير بقلابة مركبة •

**الموديل رقم ٢ :**

بلوزة من القماش المقلم ،

بائدة الازرار والياقة من

القماش السادة • الجونيلة

من النيل الابيض أو أى لون

فاتح •

**الموديل رقم ٣ :**

شيميزيه بيضاء وجونيلة

من الساتان القطنى بأزهار

كبيرة • الشيميزيه محلى

بنفس قماش الجونيلة •



القلابة على وجهه الجيب  
ويخيط مع ترك الجزء الاسفل  
مفتوحا لكي تتمكن من القلب  
اقلبي على الوجه واعمل  
ملاء صغيرة في أسفل القلابة  
وخيطها على ظهر الجيب .

اعمل ملاء حول هذه  
وخيطها على الجونيلة على  
بعد مليمترين من الحافة .  
ركبي بعد ذلك جزأى  
الجونيلة الاماميين بغرزة  
ابتداء من البارمانتور الى  
أسفل وركبي الجزء الامامى  
والظهر بخياطات الجوانب .

اثنى البارمانتور الصغير  
الوجه على الوجه . اعمل  
بعض الغرز في أسفل واقلبي  
البارمانتور على الظهر  
وسرجيها . ثبتي أسفل  
البارمانتور ببعض الغرز  
المعمولة على الظهر . ركبي

الجونيلة على حزام : اعمل  
بائدة مستقيمة مثنية وضعيها  
على أعلى الجونيلة . مررى  
خيطة مكشكشا في أعلى  
الجونيلة وثبتيها في الحزام  
الذى ينتهى بمشبكين .

النهاية : دورى أسفل  
الجونيلة واكملها بأورليه .  
أوصى على حزام جلدى مغطى  
بنفس القماش . اعمل  
عزوتين في نفس اتجاه  
الشيميزيه وخيطى زرين في  
الجهة اليسرى . اكوى  
الجونيلة .

النهاية : دورى أسفل  
الجونيلة واكملها بأورليه .  
أوصى على حزام جلدى مغطى  
بنفس القماش . اعمل  
عزوتين في نفس اتجاه  
الشيميزيه وخيطى زرين في  
الجهة اليسرى . اكوى  
الجونيلة .

الياقة على ظهر فتحة الرقبة  
خيطى ثم خيطى الجزء الاسفل  
من الياقة على وجه فتحة  
الرقبة بغرز صغيرة جانبية ،  
أطراف الياقة يجب أن تأتي  
تماما على النصف الامامى .

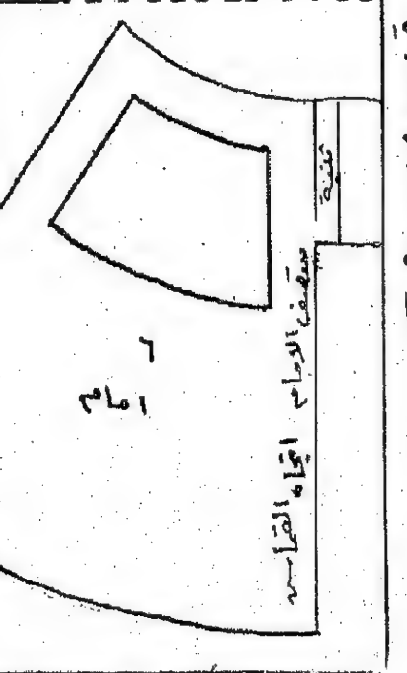
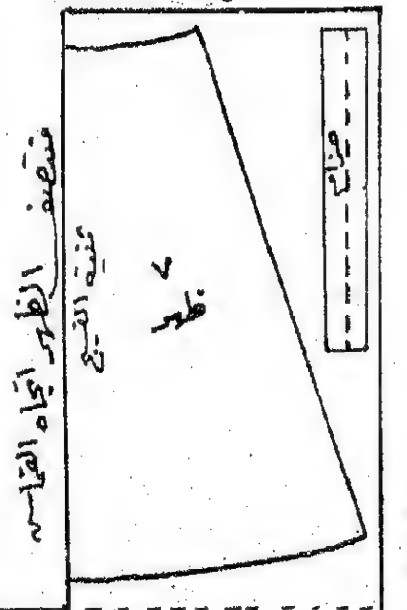
الكتم : اقلى الكتم بغرزة  
واكمل الجزء الاسفل بأورليه  
مخيط باليد دون ثقب ،  
ضعى بعد ذلك الكتم في فتحة  
والجهة الاكثر تقوييرا الى  
الامام مع ملاحظة نقط  
الالتقاء .

النهاية : اعمل العراوى  
الى جهة اليمين وركبي الازرار  
قبالتها ، اكمل أسفل  
الشيميزيه ببيكة صغيرة  
لتتفادى سمك الاورليه .  
اكوى الشيميزيه .

تركيب الجونيلة :  
أعدى الجيب : ضعى وجه

أعدى الجيب : ضعى وجه

أعدى الجيب : ضعى وجه



٥٠

## تحضير الشغل :

عندما تكون جميع أجزاء  
الباترون مدبسة على القماش  
علمى حول القطع بخيط لونه  
يخالف لون القماش .

لا تشدى على الخيط بل  
اتركيه رخوا لتتركى بوكلة  
عند كل غرزة على نفس  
الطريقة النصف الامامى  
والنصف الخلفى والبانسات  
وخط ثنية بارمانتور  
الشيميزيه والجونيلة ونقط  
الاتصال . وبعد أن تنتهى

من هذه المهمة ، ابعدى  
سمكى القماش عن بعضهما  
وقصى بوكلات الخيط من  
المنتصف . وهكذا تكون  
الاجزاء معلمة بطريقة  
هندسية .

التركيب :

الشيميزيه : ابدئى

بتركيب القطعة رقم ١  
والقطعة المكمل لها عند

الخصر « أنظرى الرسم » مع  
العناية بوصل الخطوط ان

كان القماش مقلما . افتحى  
الخيطة بالمكواة ثم ركبي

القطعة رقم ١ بالقطعة رقم ٢  
على أن تنطبق نقط الوصل

على بعضها . افتحى الخيطة  
بالمكواة . اثنى المنتصفات

الامامية ، العدل على العدل  
وعلى خط الثنية المبين واعمل

لفتحة الرقبة غرزة صغيرة  
ابتداء من حافة الثنية الى

النصف الامامى . اقلبي على  
ظهر القماش وسرجى من

أعلى الى أسفل . اعمل  
البانسات للجزئين الاماميين

والظهر ثم ركبي البلوزة  
بخياطات الجوانب والاكتاف

باترون الياقة : ركبي  
بواسطة غرزة في منتصف

الظهر القطعتين اللتين تحت  
الياقة ، ثم ضعى الجزء

الاعلى والاسفل من الياقة ،  
العدل على العدل وخيطى

حولها فيما عدا الجزء المثبت  
عند فتحة الرقبة . اقلبي

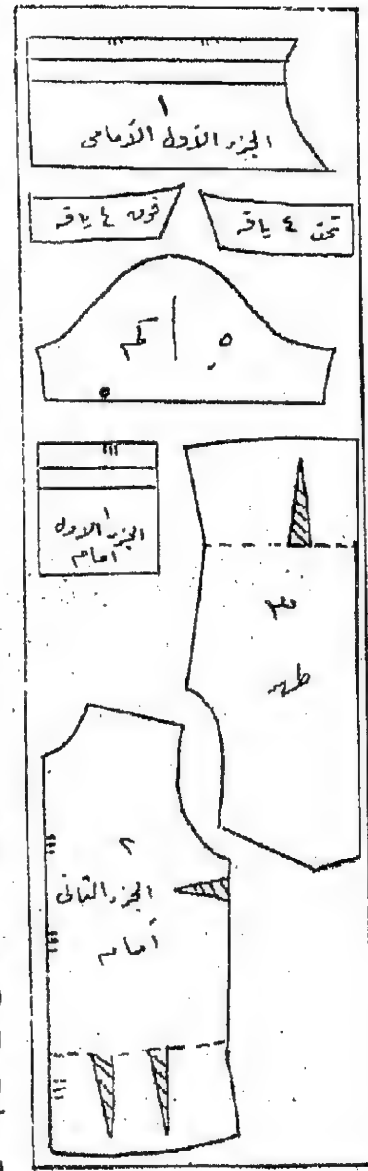
على الوجه واكوى . ضعى  
بعد ذلك الياقة على فتحة

الرقبة والجزء الاسفل من

الرقبة والجزء الاسفل من

الرقبة والجزء الاسفل من

الرقبة والجزء الاسفل من



مطبوعا . وهذه القطعة  
موجودة في رسم الباترون،  
وهذه الخيطة لن تظهر لان  
موقعها عند الخصر . وان لم  
يكن القماش مقلما فانه من  
الممكن بنفس عدد الامتار  
أخذ القطعة الاولى مرة واحدة  
فى اتجاه القماش .

ولهذا الغرض ضعى  
باترونات القطعتين الاولى  
والثانية قبل أن تقص . أما  
للجونيلة فاثنى القماش  
اثنين فى اتجاه العرض ،  
قصى القطعة ٧ ثم افتحى باقى  
القماش واثنيه اثنين فى  
الاتجاه الاخر وقصى القطعتين  
٦ ، ٨ « على القماش السادة »  
٩ « على القماش السادة »  
أيضا . أما الحزام فيؤخذ  
من بقية القماش ويظهر على  
الرسم . وعند القص اعمل  
حساب الخيطة والاورليه  
التي لم نعمل حسابها فى  
مقاييس الباترون .

## تفصيلات فنية

### الثنيات في خدمة الاتساع

بعد عدة سنوات من الضيق بدأت الثياب تسير نحو السعة . وساهم القماش نفسه في هذا الاتجاه فقد أصبح مطاوعا بعد أن كان جافا . ويبدو أن عهد الثنيات قد بعث من جديد وأصبح التيل والالباجاوالحرير الاقمشة التي تصنع منها فساتين الشيميزيه التي تشعر صاحبيتها بحرية الحركة . أما فن الثنيات فان جميع الخائطات يعرفنه معرفة تامة . وهناك نوعان من الثنيات : الثنيات الصغيرة المصنوعة باليد التي تعطى بروزا للثوب المصنوع من قماش رقيق كالتيل الخفيف وللينو والاورجاندى وهي تارة أفقية وتارة رأسية . أما النوع الثانى فهي الثنيات البسيطة أو الثنائية . وهي كثيرة الاستعمال فى جونيولات الفساتين والتاثيرات .



### للاكمام

لوحظ على أكمام هذا الموسم أنها إما طويلة وإما قصيرة . والفساتين سواء كانت من الحرير أو من القطن أو من الصوف الخفيف فهي ذات أكمام قصيرة أو بدون أكمام اطلاقا . أما الروب مانتو والروب تاير فان أكمامهما طويلة أو شبه طويلة . وهي أكمام مستقيمة تكشف عن المعصم لتظهر الاساور المختلفة المحلاة بالاشكال المتنوعة . وإذا انتقلنا الى التاثيرات والمعاطف لاحظنا أن الاكمام طويلة ومستقيمة ومسطحة وتجتازها خياطة على جانبها الاعلى وتركب أسفل . وفى بعض المعاطف الخفيفة تكون الاكمام ذات اشكال مختلفة . ويلاحظ فى معظم الحالات أنها تميل الى السعة عند المرفق ثم تضيق بالتدريج الى أن تصل الى المعصم فتصبح كالسوار تماما .





## الكريم والاصفر الذى يشبه لون الطباق



الى اليمين : يقدم هوبير دى جفنشى هذا الثوب المصنوع من الشيسانتونج البيج • وينسب فى الديكولتيه المذهب فولار بنى بحبات بيج • أما الجونيلة فانها تنفرد تحت الامبيسمان الذى صمم على هيئة كورسليه • ويعود جان باتو مرة أخرى ليختار لنا هذا الثوب المصنوع من القماش الخفيف الذى يحاكي لونه لون الطباق • ويلعب الحزام المصنوع من قماش البيكيه دورا هاما اذ يعمل على تضيق اتساع الثوب عند الخصر • الكورساج مقفول بصف من الازرار مكسوة بنفس القماش • الياقة ضيقة على هيئة ياقة الضباط •



## مجموعة من البلوزات

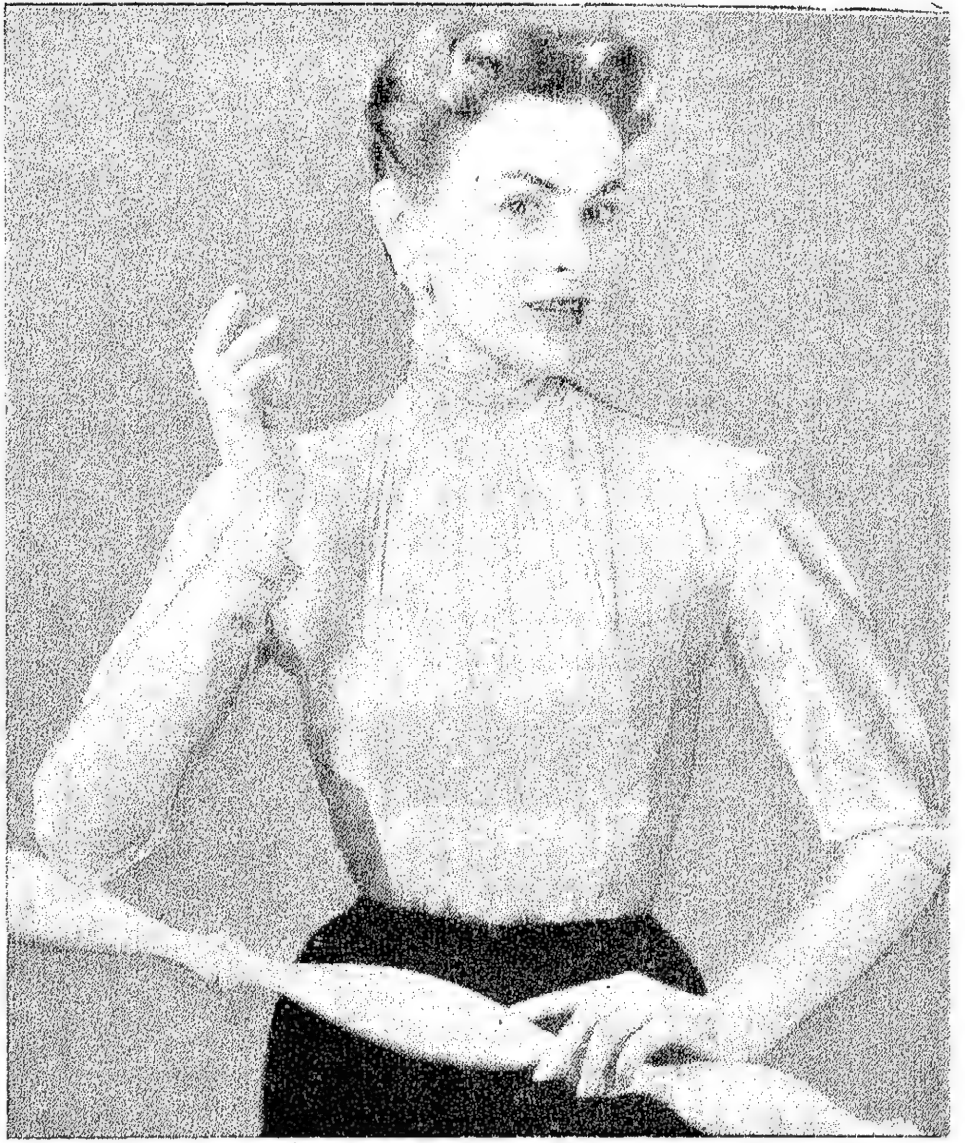
يجلي جاك فاته هذه البلوزة المصنوعة من البوبلين بدانتيلة تشبه عش النحل الاكمام مكشكشة تحت المرفق وتختار ماجي روف الساتان لبلوزتها. الياقة مقفولة تماما وتحيط بالعنق . ويفضل جاك هايم قمصان الاورجاندي لبلوزته ذات الياقتين . الازرار من الامام . وان انتقلنا الى موديل الكس دول لاحظنا انه مصنوع من البركال المخطط . اما دليز وماد فتهماز بلوزتهما الساتان بالاكمام العريضة .







جاك هايم



ماجی روف



دلیز وماه



الکس دول



## للشابات في موسم الصيف : بساطة واناقة

ان هذا الثوب الجميل  
صمم خصيصا للشابات  
ويمتاز كما تشاهدن  
بفيسونكة بابيون .  
لكورساج يتألف بصف  
واحد من الازرار  
المكسوة بنفس قماش  
الثوب القطني .  
وبلاحتسا ان الازرار  
تعدت منطقة الكورساج  
لتصل الى جزء يسير  
من الجونيلة . الخصر  
ضييق حوله حزام  
مصنوع من القماش  
التي يحلى الجونيلة  
والياقة





تعارفن  
هذا التايير الايكوسيه الاخضر  
يمتاز بكميه اللذين يصلان  
الى تحت المرفق قليلا . ويلاحظ  
انهما مشقوقان من الخلف .  
الجونيله بشيئات عريضة  
لتسهيل الحركة .



جاء جريف

هذا الثوب من قماش البوبى  
المربع باللونين الازرق  
والابيض . الياقة تعاكى ذى  
المخارة وتحتها صدرى من  
البكية الابيض . الجونيله  
داخلة فى الكورساج



# الاقطسان

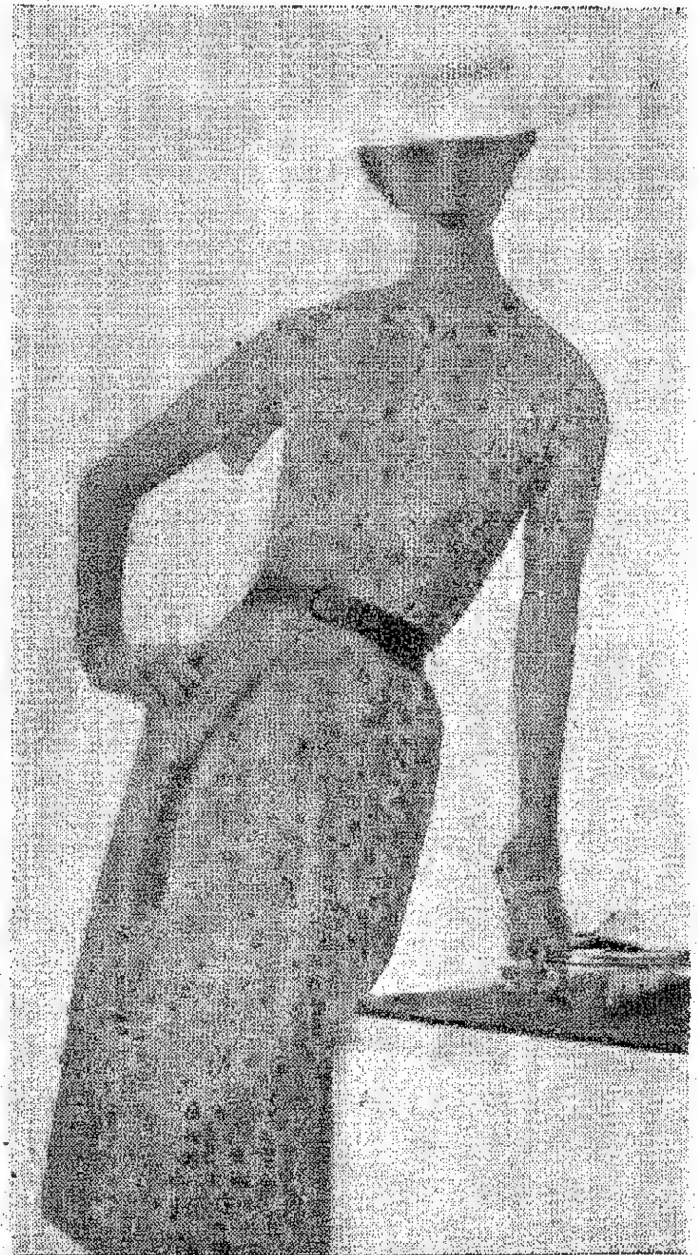






طقم بسيط وانيق . عبارة  
عن ثوب مستقيم مصحوب  
بمعطف من نفس القماش  
واللون . البطانة من الموسلين  
الابيض أو أى لون آخر نراه .  
الحزام من الجلد الاسود .  
الاكمام قصيرة

هل ستقفين فصل الصيف  
فى المدينة التى تعيشين فيها ؟  
اصنعى اذن هذا الثوب البسيط  
انه من القماش القطنى المطبوع  
على ارضية فاتحة . الحزام  
من الجلد الاسود



هذا الثوب يليق باللواتى  
يعملن فى المكاتب . ويلاحظ  
ان الثنية المجوقة تزيد الجونية  
عرضا . قبة وقفازات فاتحة  
تليس عليه ان اريد الخروج  
به بعد الظهر

فساتین مبتکره صنعت  
خصیصا لفصل الصيف



مادلین دی روش

ورث

هر هیس







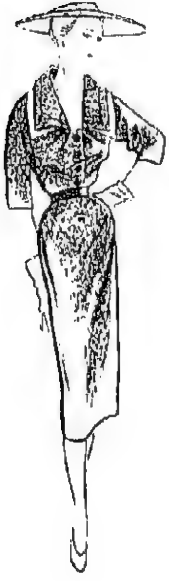
ان ثوب مادلين دى روش عبارة عن بلاسترون  
مستدير محلى بفيونكة • أما الثوب فهو من قماش  
التوسور البيج • ويقدم ورث ثوبا بجونية ذات  
ثنيات مسطحة • أما هرميس فيبتكر هذا الثوب  
بكورساج مزرر وأكمام تصل الى تحت المرفق  
قليلا • ويضع هوبير دى جيفنشى هذا الفولار  
الذى يقلل من اتساع ياقة الثوب الذى ابتكره •  
ويفضل بيير كلارانس الثوب الشيميزيه  
بالكورساج المزرر المحلى بجيبين • وتقدم مادلين  
دى روش أيضا هذا الثوب المحلى بجيبين كبيرين  
موضوعين على أعلى الكورساج • القماش من  
التوسور الابيض •

هربردى جيفنشى

مادلين دى روش

بيير كلارانس





ابنكرت باريس لفصل الصيف هذا الثوب الانيق التواليت ليرتدى بعسد الظهر  
وفي الاستقبالات وحفلات المساء







تاير استرعى أنظار كل من شاهده في حفلة عرض مجموعة الازياء الصيفية  
ويلاحظ أن الاكمام بقلابة .







## برودری

### الموسم

تلعب البرودري في هذا الموسم دورا هاما في الموضة . فهي تحلى ثياب السهرة المصنوعة من قماش الموشين والاورجاندى تاير هذا الثوب المفصل لقماش الستراس الخفيف . ويقدم كريستان والموشى بلاتى صغرة وقماش الاورجاندى الحريرى . اما جان لانفان فتتفصل البرودري بالازهار ذات اللون البنفسجى على ثوب ابيض . ويقدم بيبى بالمان بوليرو قصيرا جدا من الساتان الابيض على ثوب من الاورجاندى الحريرى





جان لانگان و پیر بالان



## تايرات أنيقة لبعء الظهر

نقدم على هاتين الصفحتين نخبة من التايرات الانيقة التي ابتكرتها  
باريس لبعء الظهر • ويلاحظ انها جميعا تميل الى الضيق • اما التاير  
الاول الى اليمين فهو من صنع سكيا بارلى وقامت بتصميم الثاني  
نيئا ريتشي والثالث ورت والرابع بيير بالمان •





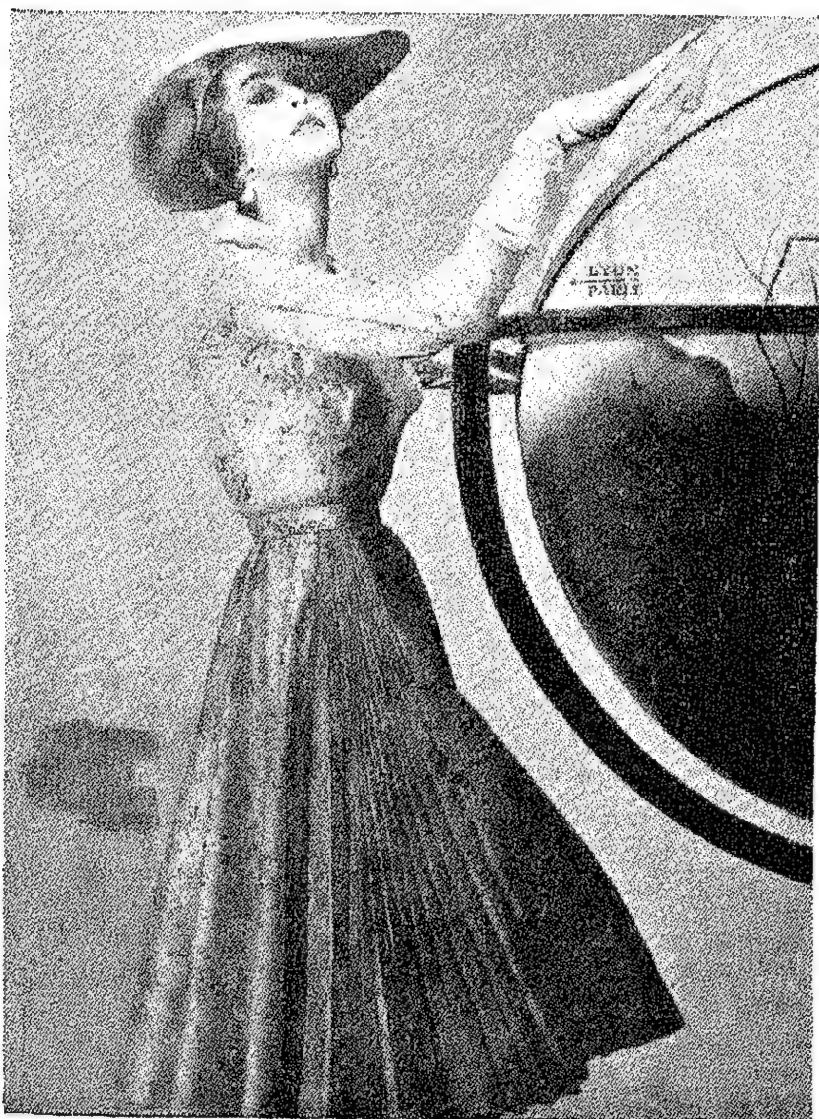
ابتكر هذا التايير الاثيق صانع الازياء  
المعروف هنرى الابانسييه • الخصر  
ضييق والجاكيت ثقفل بثلاثة ازرار •  
الياقة من القطيفة السوداء



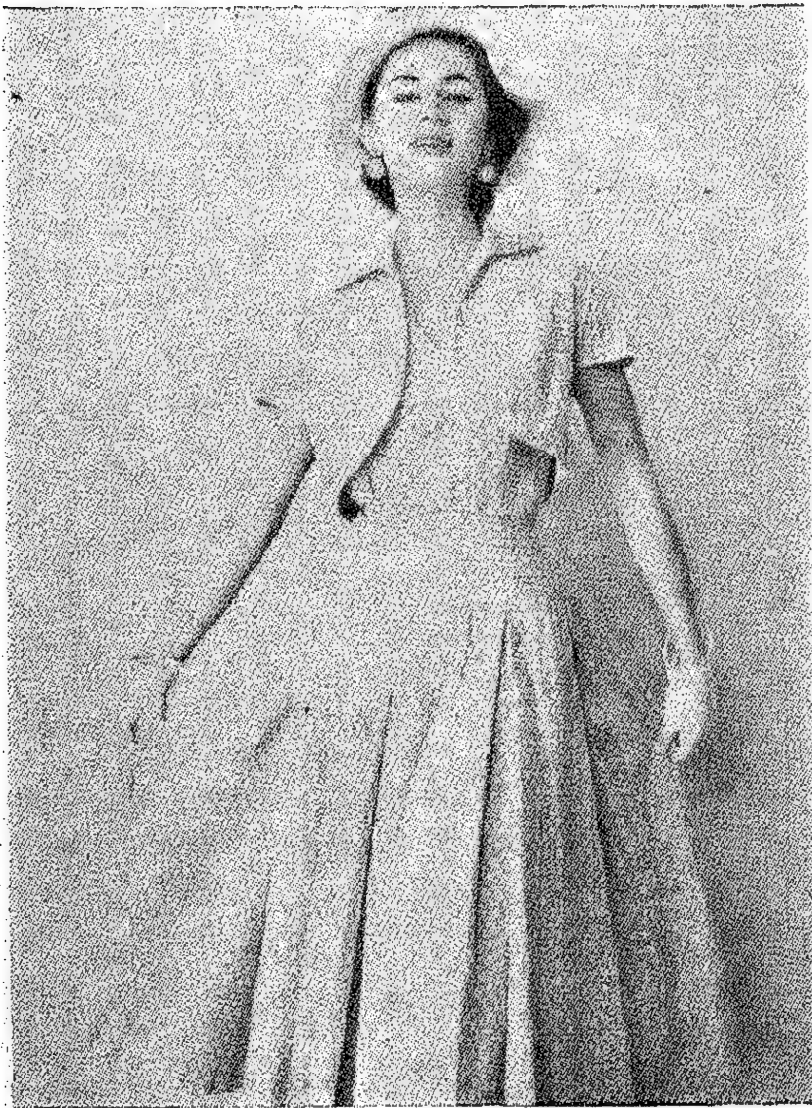
وتقدم لنا ريتشى تاييرا  
ممتازا • الخصر ضيق -  
الكتفان مستديرتان • القماش  
من الالباجا • الياقة مستديرة  
بـ ١٤ بوصة • الجونيلة  
ضيقة ضيقة معقولة تناسب  
وشكل الجاكيت



مجموعة مختلفة من أزياء الصيف

















ثوب من قطعتين • الكورساج  
محل بأربعة أزرار • الأكمام  
كيمنو • الياقة محلاة بالبيكة



ثوب تاير محل بياقة واساور  
من القطعة • الكورساج بصفيين  
من الأزرار • الأكمام كيمنو •  
الجونيلة على شكل حافظة  
الأوراق

ثوب بسيط للصباح ولبعده  
الظهر • الياقة ضيقة بقلابة •  
الكورساج مقفول • والجونيلة  
محلاة في أسفلها بالكروكيسه

تاير رياضي • الجاكيت مقلدة  
تماما عند فتحة الرقبة • الأكمام  
تصل الى ما تحت المرفق قليلا •  
الجونيلة بثنيات مسطحة من  
الخلف



انضم الآن ..  
إلى أسرة المساهمين في :

شركة لنقل والهندسة  
أقوى وانجح أسرة اقتصادية في البلاد

أعلنت الآن  
في الأسهم الجديدة  
مصنع طائرات  
الكارثورك الجديد

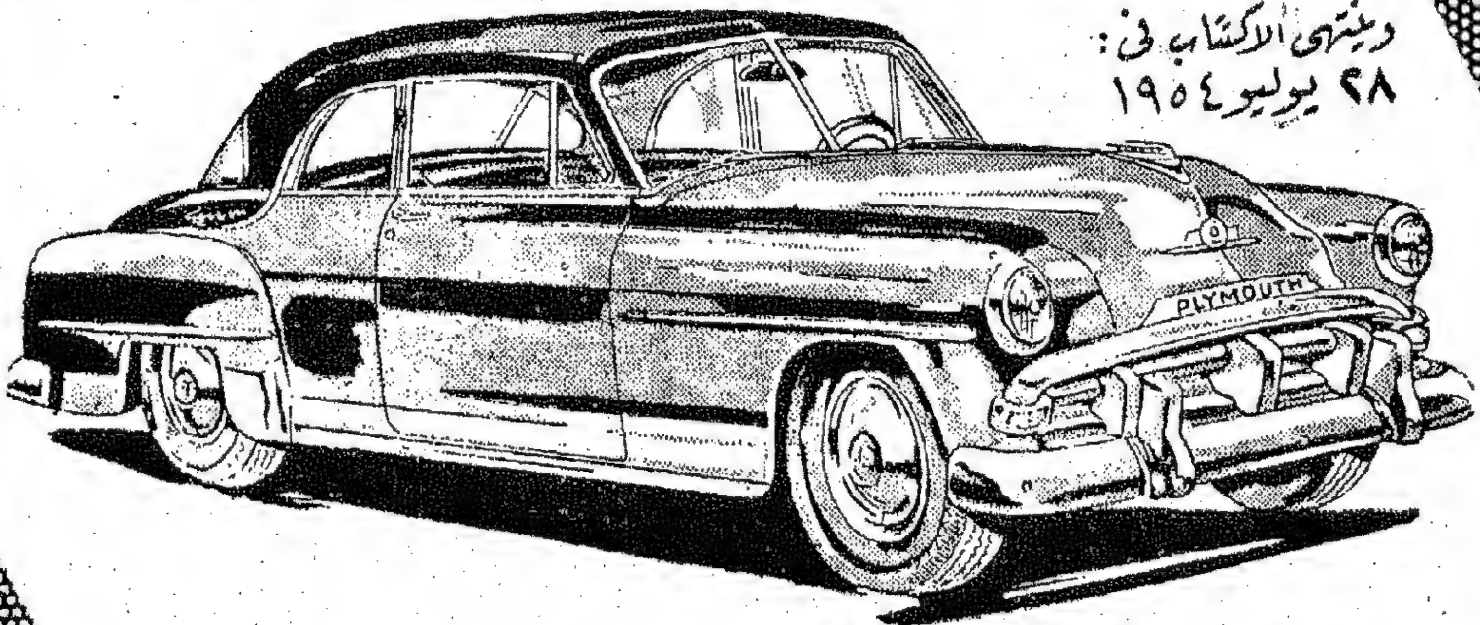
واستفدت  
الأرباح الناجمة

من توكيلات فخم لسيارات الأمريكية  
كريبزلر . بليموث . فارجو  
وغيرها من أقوى التوكيلات العالمية

الكتاب في :

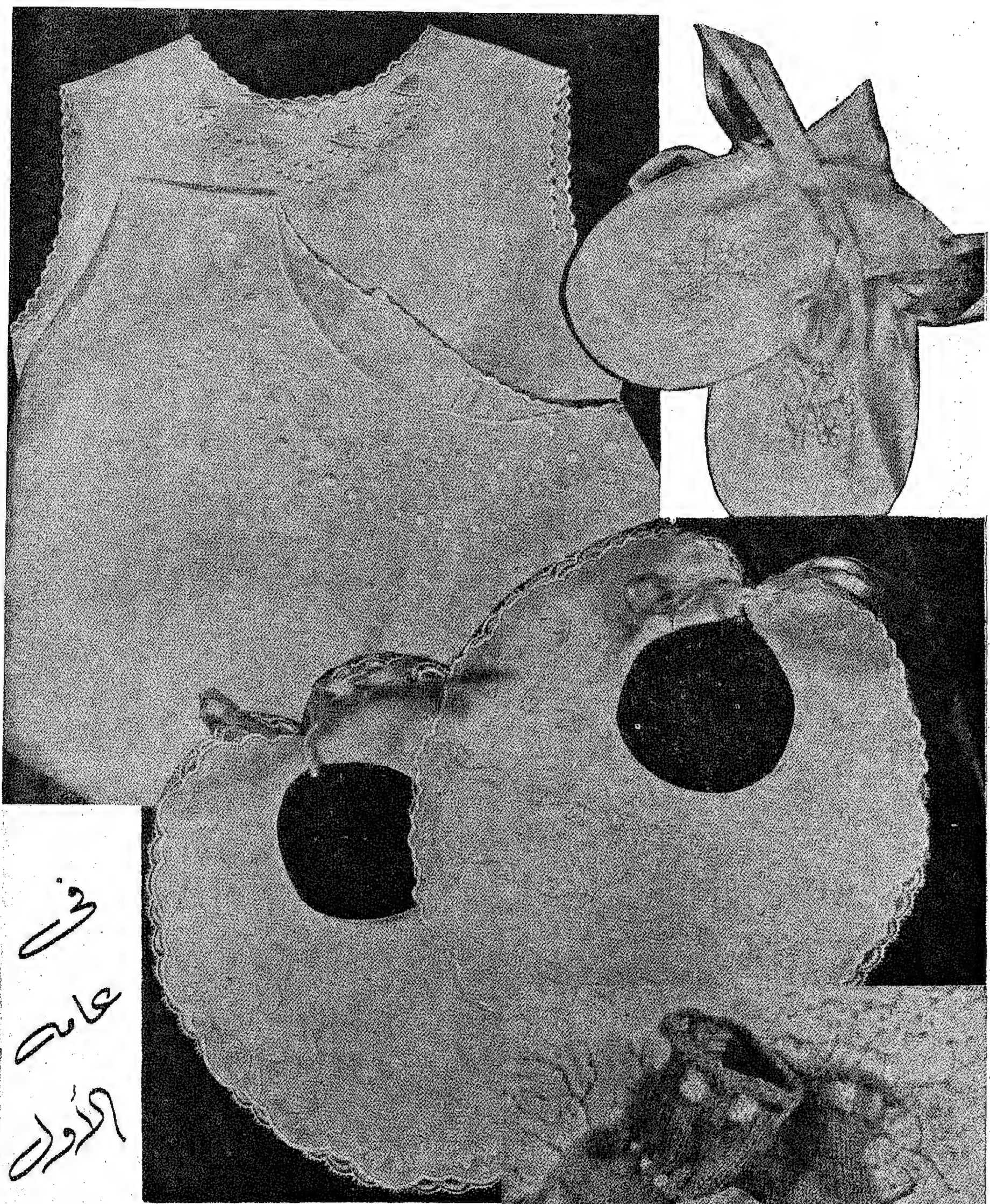
بنك مصر وبنك الكريدي ليوني وبنك القاهرة وفروعها

وبنك الكتاب في :  
٢٨ يوليو ١٩٥٤



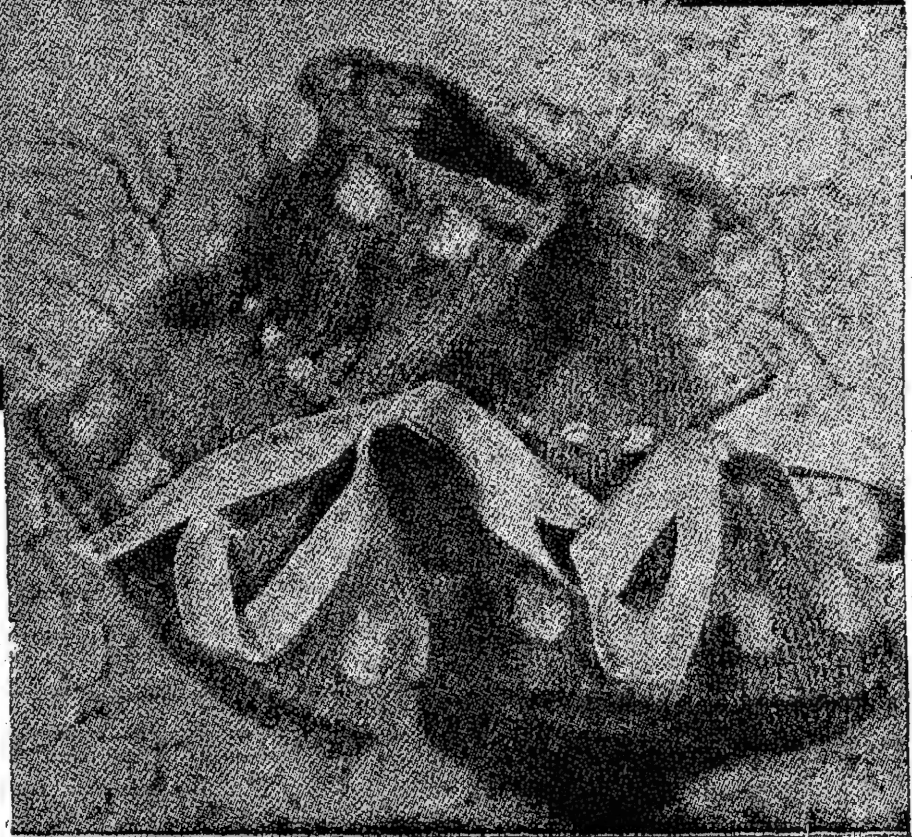
شركة النقل والهندسة  
إشارة قصر النيل - القاهرة





في  
عام  
الأول

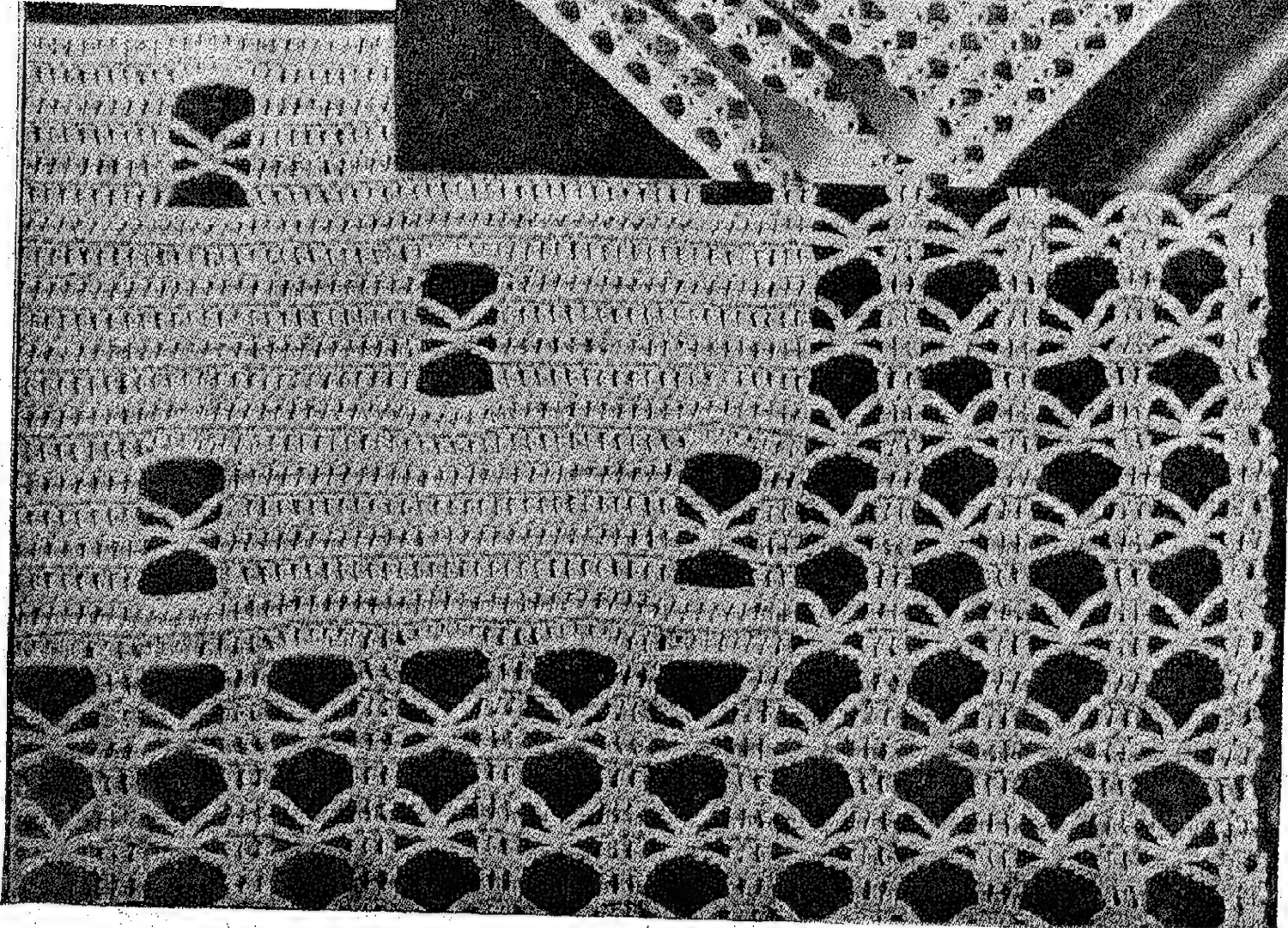
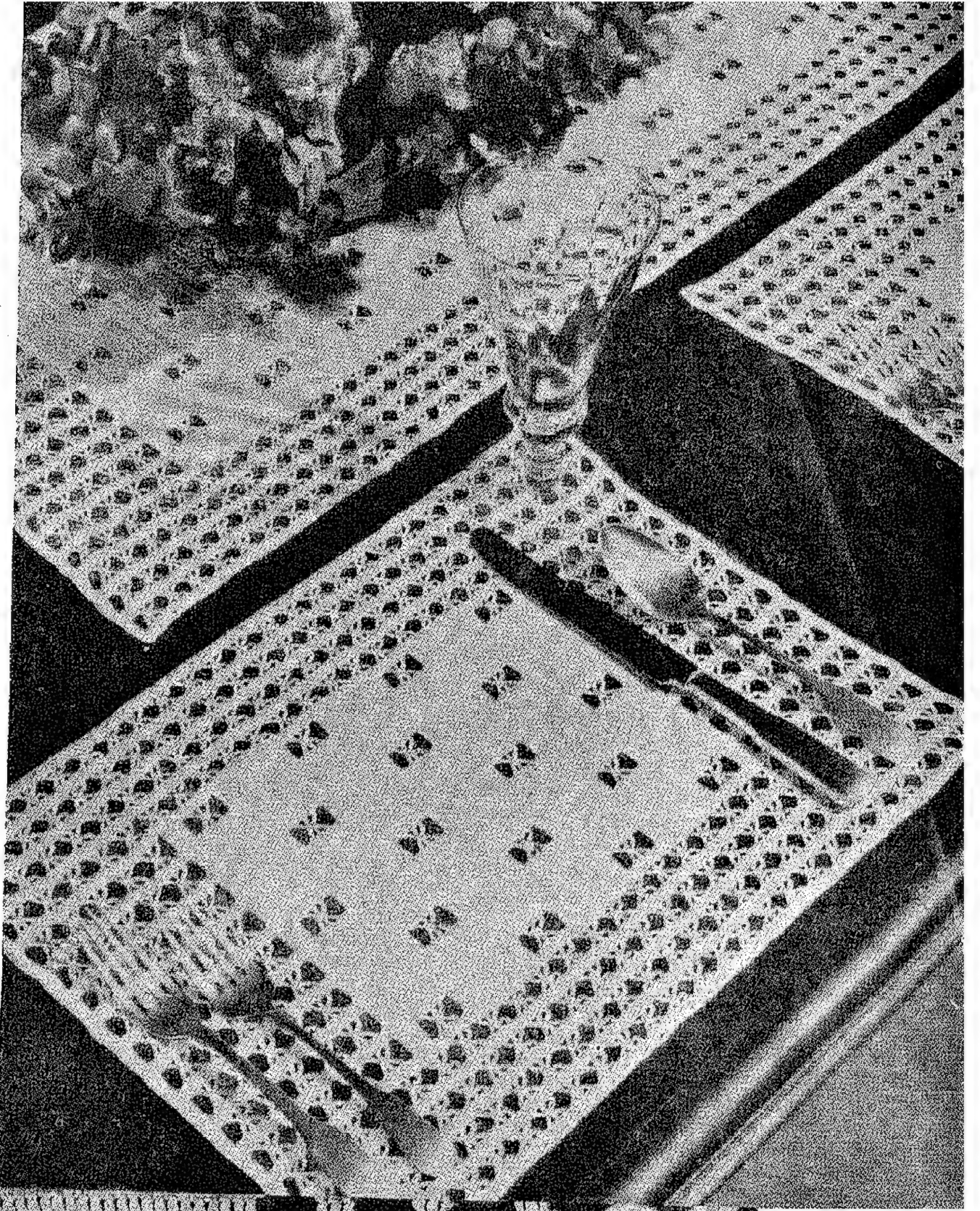
حقيقة البروديه التي تحلى ملابس الطفل ، خفيفة كقماش اللينو الذي  
صنعت منه . والطقم عبارة عن قميصين صغيرين ومريكتين وكيسين  
وحذاءين من التريكو . يمكنك عمل هذا الطقم الجليل وانت تنتظرين  
ولادة طفلك أو تهديته لمولود صديقتك أو شقيقتك .





# اصنعيه من الكروشيه

تعتقد غالبية السيدات ان الكروشيه دالت دولته وأنه لم يعد له محل بين الفارش الحديثة . وقد وصلنا أخيرا ما ينفي هذا الاعتقاد . وهانحن اولاء نبادر بنشره على هذه الصفحة . انه « سرفيس » أمريكاني للمائدة مشسـفول بالكروشيه . وقد كبرنا الفرزتين اللتين يتكون منهما ونشرناهما أسفل الصفحة لنيسر عليك مهمة نقلهما . ان الفرش في معظمه يتكون من غرزة السلسـلة السهلة وقرزة اللجام ان مائدة طعامك ستتزداد جمالا واناقة بهذا الطقم المبكر ..





# مظلك هذا شهر

شهر طيب للعمل والاشغال والقرارات الجازمة والارباح الثامن والعشرون أفضل أيام هذا الشهر من أول يناير الى ١٠ منه :

يجب عليك في هذه الفترة من السنة أن تكوني شديدة الحذر بالنسبة لجميع المسائل التي تصادفك . قد تتعرضين لبعض المشاكل الصغيرة .

من ١١ يناير الى ٢٠ منه :

حياتك العاطفية غير واضحة . ان الالام البسيطة التي تساورك لا تستحق منك كل هذا الحزن . احتفظي برباطة جأشك في الخامس والعشرين من هذا الشهر .

من ٢١ يناير الى ٣١ منه :

لا تعيشي للمظاهر الكاذبة . واخمدى قليلا عزة نفسك . ستغضبين في الخامس والعشرين من هذا الشهر .



من أول فبراير الى ١٠ منه :

شهر مناسب للترقية والارباح والاسفار . احذري فقط من السادس والعشرين منه .

من ١١ فبراير الى ١٩ منه :

نحو عاطفي جميل . لا تصادقي نساء جديرات خاصة في السابع والعشرين من الشهر . نجاح فني .

من ٢٠ فبراير الى ٢٨ منه :

الخطا صحتي فجنساني الا ان الجو كله معد للعمل والنشاط . ستاتيك مساعدة من رجل راقبي نفسك في الثامن والعشرين من هذا الشهر .

من أول مارس الى ١٠ منه :

قد ياتيك النجاح من حيث لا تدريين فتبرزين في المحيط الذي تعيشين فيه . الرابع والعشرون من هذا الشهر هو أفضل الايام بالنسبة لك .

من ١١ مارس الى ٢٠ منه :

شيء من الدبلوماسية وحسن التصرف يمكنك أن تلتقي بالخط الذي تنشدينه . الخامس والعشرون أفضل ايام هذا الشهر .

من أول سبتمبر الى ١٠ منه :

حظ مستمر على شرط الاقتترفي ما يعكر الجو بينك وبين رؤسائك واصدقائك .

من ١١ سبتمبر الى ٢٢ منه :

ميل الى التشتت والمبالغة في الدقة والثروة . كوني حريصة يقظة خاصة في الثالث والعشرين من هذا الشهر .

من ٢٣ سبتمبر الى ٣٠ منه :

لقد عاد الهدوء وانك أكثر استعدادا لاتخاذ قرارات هامة خاصة في مسائل العمل . الخامس والعشرين أفضل يوم في هذا الشهر .

من أول أكتوبر الى ١٠ منه :

مصاعب لا يمكن ازالتها الا بالهدوء والصبر . اسفار هذا الشهر تعرضك للخطر خاصة في الرابع والعشرين من هذا الشهر .

من ١١ أكتوبر الى ٢٣ منه :

راقبي دورتك الدموية . خففي مشروعاتك وكوني موضوعية في مسائل الحب . ستصابين بصدمة في الخامس والعشرين من هذا الشهر .

من ٢٤ أكتوبر الى ٣١ منه :

جو مهيأ للعمل . نجاح مادي وادبي . اتفاقات الثامن والعشرين أفضل ايام هذا الشهر .

من أول نوفمبر الى ١٠ منه :

سيأتيك خير عظيم في المحيطين العاطفي والمادي بفضل معاركك واصدقائك . الثامن والعشرون أفضل ايام هذا الشهر .

من ١١ نوفمبر الى ٢٢ منه :

روح ابتكار وتجديد . حظ في الاقتلات . تنفيذ مشروعات جديدة . الخامس والعشرون يوم حظك .

من ٢٣ نوفمبر الى ٣٠ منه :

لا تلقى الرماذ في العيون فيما يخص المسائل المادية وخاصة في الثامن والعشرين من هذا الشهر . الا أن أردت أن يفضح أمرك .

من أول ديسمبر الى ١٠ منه :

شهر المشروعات الجريئة والتنقلات العاطفية والمعارف الجديدة .

من ١١ ديسمبر الى ٢٠ منه :

كوني شديدة الحذر في اختيار كاتبات اسرارك خاصة ان كنت في أعلى مراتب حياتك العاطفية . من ٢١ ديسمبر الى ٣١ منه :

من ١١ يولية الى ٢٢ منه :

لا تكشف عن مشروعاتك بدون أي حذر منك ان اردت الاحتفاظ بأسرارك العزيزة . ستجد مشاكلك العاطفية حلها . السابع والعشرون أفضل ايام الشهر .

من ٢٣ يولية الى ٣٠ منه :

شهر متاعب مادية عدا الثالث والعشرين من هذا الشهر فان هذا الشهر مهيأ للارباح والمساوي الصغيرة النافعة والاتصالات المهنية .

من أول يولية الى ١٠ منه :

كوني شديدة الحرص فان الجو يبشر بالعاصفة في جميع المسائل وخاصة في اليوم الرابع والعشرين من هذا الشهر .

من ١١ يولية الى ٢٢ منه :

احذري من المنافسة التي لا تكشف عن نفسها خاصة في محيط العواطف . وكوني دبلوماسية الى أبعد الحدود في اليوم الخامس والعشرين من الشهر .

من ٢٣ يولية الى ٣١ منه :

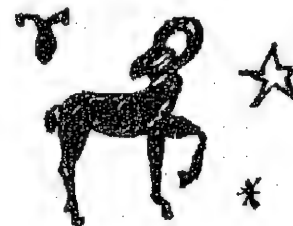
لا تمنحي ثقتك لكل من هب ودب من الناس . ان هذا الشهر قد يجلب لك الفوائد الجمة . الخامس والعشرون والسادس والعشرون خير يومين بالنسبة لك

من أول أغسطس الى ١٠ منه :

في استطاعتك أن تتخذ قرارات حاسمة وتجتاز العقبات التي تعرض طريقك وتنتصر على منافسيك . السادس والعشرون أفضل يوم في هذا الشهر .

من ١١ أغسطس الى ٢٢ منه :

جو عاطفي طيب . نجاح في المسائل الفنية وفي الحياة العامة . السابع والعشرون أفضل يوم في هذا الشهر .



من ٢٣ أغسطس الى ٣١ منه :

راقبي صحتك . ستكتشفين مؤامرة ضدك حاكها بعض اللواتي يردن لك الشر ويغرن منك . احذري من الثامن والعشرين من هذا الشهر .

من ٢١ مارس الى ٣١ منه :

في استطاعتك أن تستمر في المشروع الذي بدأتيه مع شيء من الحيلة في اليوم الثالث والعشرين وستصل اليك انباء تكون سببا في سرورك .

من أول ابريل الى ١٠ منه :

أخطار تعرض ثقلاتك . غضب قصير قد يسبب القطيعة أو بعض الهموم التي أنت في غنى عنها . احذري من الرابع والعشرين من هذا الشهر .



من ١١ ابريل الى ٢٠ منه :

تعب عصبي نتيجة الغيرة لن يلبث أن يزول بعد فترة وجيزة . راقبي نفسك في الرابع والعشرين والخامس والعشرين من هذا الشهر

من ٢١ ابريل الى ٣٠ منه :

نجاح في المشاكل القانونية . استلام نقود . اتفاقات في مصلحتك . اليومان الثالث والعشرين والثامن والعشرين هما خير يومين في هذا الشهر .

من أول مايو الى ١٠ منه :

حظ قوى . صداقة قائمة أو جديدة تفيدك وتشارك في نفس الوقت . أول الشهر والرابع والعشرون منه أفضل يومين بالنسبة لك

من ١٠ مايو الى ٢١ منه :

كوني أكثر انتباها وحذرا . ان المسائل المؤجلة يمكن إعادة النظر فيها . اختاري الخامس والعشرين من هذا الشهر .

من ٢١ مايو الى ٣١ منه :

قد تعود المياه الى مجاريها . ثبات في المشروعات وفي المسائل العاطفية . الخامس والعشرين والسادس والعشرين هما أفضل يومين لك .

من أول يولية الى ١٠ منه :

نشاط وحماس . أفكار مبتكرة تستحق الاهتمام . انه شهر الاسفار الناجحة على شرط ألا تبدئيها في أول يوم منه .





س.ت ٣٤٥٨٨

٣٤-٣٧

### اشتراكات مجلة بنت النيل

- ١٠٠ الاشتراك السنوى في مصر والسودان
- ١٥٠ الاشتراك السنوى في البلاد العربية
- ٢٠٠ الاشتراك السنوى في الخارج ( أو مايعادلها )



بفضل

س.ت ٣٤٥٨٨

٥١

احذر المرأة التي تتعلق بالاحتفاظ بك لنفسها .. لأنها بلهاء لا تعرف ما هو الرجل ؟

الحب الهام للرجل .. واستعباد للمرأة !

لا تشغل بالك بالبحث عن سر المرأة .. فإن السر الذي لا يعلمه الرجال .. هو أن المرأة لا سر لها !

يقول الشاعر بول جيرالدي :

إن احساسنا بجمال المرأة يجعلنا نطوح بطهوحنا نحو جنة بدون نساء .. فإن رجاحة عقل الرجل لا تساوى شيئاً الى جانب ما تعكسه المرأة من جمال على حياتنا !

في الصداقة من الحب ما هو أخلد مما في انجب ذاته .. فعاول أن تبني حبك لزوجتك على الصداقة .. فالزواج هو الحب الذي يجب أن يدوم الى الابد !

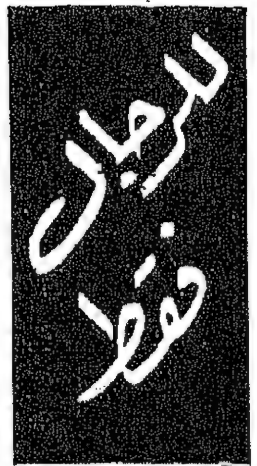
اسهل عليك أن تصارع الثيران الهائلة .. من أن تصارع الزمن في حب امرأة تعرف أنها جميلة !

لا تغتر بانتصارك الاول على فتاتك .. فإن اشارة غرورك هو الجزء الاول من ( التكتيك ) الذي تعده للايقاع بك بين يديها !

ليس الخطر أن تتشاجر كل يوم مع زوجتك .. ولكن الخطر هو أن تحضر حمامك احدي مناقشاتكما !

لم يخلق بعد الرجل الذي يستطيع أن يرضى المرأة .. فليس لطهوحها حد !

لا تتزوج بالفتاة التي تعجب بها .. ولكن تزوج بالتي تعجب بك .. فالاعجاب هو أساس الحب السليم عند المرأة !



ليس هو العيب الذي يدفع بالمرأة الى الهروب من مطاردة الرجل لها .. ولكنها مهارة الصياد الذي يعرف كيف يستدرج فريسته !

المرأة تحب الحب .. فهي تفكر في الرجل الذي يجيد فنونه !

الرجل الذي يحاول أن يبني تجاربه في الحياة على أساس مغامراته في دنيا النساء .. هو رجل يضيع حياته سدى !

الزوج الفاشل هو الذي يظن أن اخفاء مغامراته العاطفية عن زوجته كفيل بتجنب شكها .. فإن للمرأة احساساً دقيقاً لا يخطئ الحكم على مدى اخلاص رجلها لها !

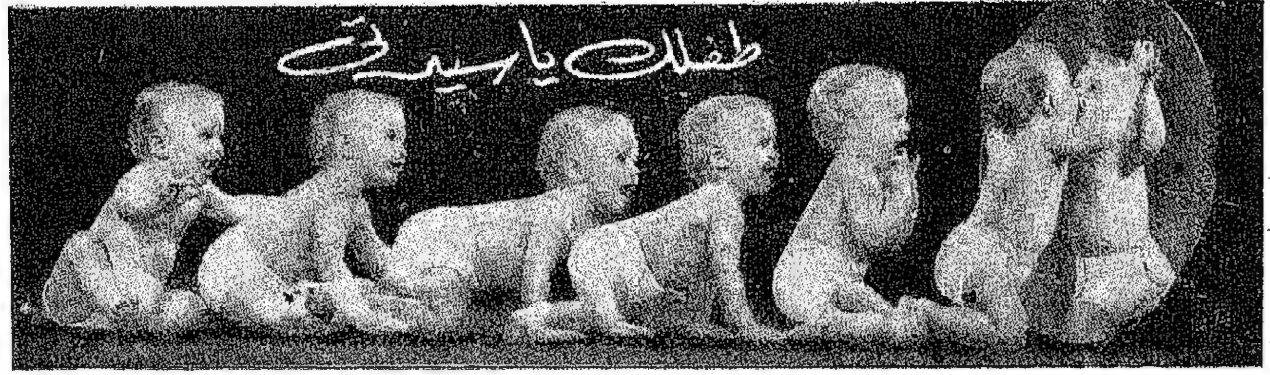
يعتقد الرجل انه هو الذي اختار فتاته .. ولكن الواقع انها هي التي تكون قد اختارته .. لأن المرأة تعرف كيف تختار الرجل الذي سوف يختارها !

المرأة تحب الرجل .. والرجل يحب نفسه .. والفتاة أيضاً تفضل تحب نفسها حتى تتعرف على الرجل فتتسنى كل شيء الا هو !

لا تضيق وقتك في البحث عن المرأة التي لا يملها الرجل .. فهي الحلم الذي ستضيع أعمار الرجال في البحث عنها .. لأن الملل هو أعق شئ في طبيعة الرجال !

والاصناف الدسمة ما يقلل قدرته على تمييز طعم الاغذية البسيطة الخفيفة فاذا كان الحال كذلك فان العودة الى طعام بسيط جدا خفيف الطعم مكتمل العناصر كثيرا ما يؤدي الى علاج سريع . أما اذا كان الطفل قد اعتاد اكل الحلوى او الاغذية القوية النكهة فان من الضروري الاقلاع عن ذلك دون الاشارة مطلقا الى هذا التغيير . فلا بد من اعتبار وجود الاغذية البسيطة دون غيرها امرا واقعيا طبيعيا . . . وقد يدهشنا كيف يجد الطفل الخبز والزبد واللبن لذيذ الطعم عندما يكون جائعا اذا لم تكن قد ضعفت مقدرته على التذوق تحت تأثير تعسود النكهة القوية

ومن المألوف ان الاطفال يتعودون بسرعة تناول الاكل بالتجزئة بين الاكلات والسبب هو وجود الطفل في ارجاء المنزل حيث يوجد الطعام ويسهل اعطاؤه في أى وقت قطعة من الخبز او الفطير او البسكويت اذا ما طلب ذلك او السماح له بأخذ ما شاء من حلوى . وكثيرا ما نرى اطفالا اعتادوا مواصلة الاكل بالتجزئة طوال اليوم ويكون من أثر ذلك عادة ان تضعف شهية الطفل فلا يجوع في مواعيد الوجبات العادية والاغذية التي يأكلها بين الوجبات لا تكون في العادة ضرورية له لانها تستكمل حاجياته من عناصر الغذاء الضرورية التي كان لابد له من تناولها أثناء الوجبات الاساسية والطريقة المثلى لتجنب التجزئة هي مراعاة تناول الطفل طعامه عند جلوسه الى المائدة وقت الاكل العادي . فاذا ظهر انه في حاجة الى اربع أو خمس اكلات بدلا من ثلاث فلا مانع من ذلك ولكن من الضروري ان يجلس الى المائدة لتناولها أم مجربة



اتخاذ الاجراءات الكفيلة بتقديم بعض المواد الغذائية كاللبن والفاكهة الجافة كالبلح والبقول والسموداني أو الطازجة كالبرتقال واليوسفي كما يجب ان يتعلم الاطفال ان السكر والحلوى وما مائلها لا تزودهم الا بالطاقة والطعم وانه يجب مراعاة الاعتدال في استهلاكها بعد نهاية الاكل . وانهم يجب ان يفضلوا منها ما احتوى على مواد اللبن وعلى الفاكهة او المكسرات الى جانب السكر والشكولاته وان يكون ذلك كله جزءا من البرنامج التعليمي الصحي .

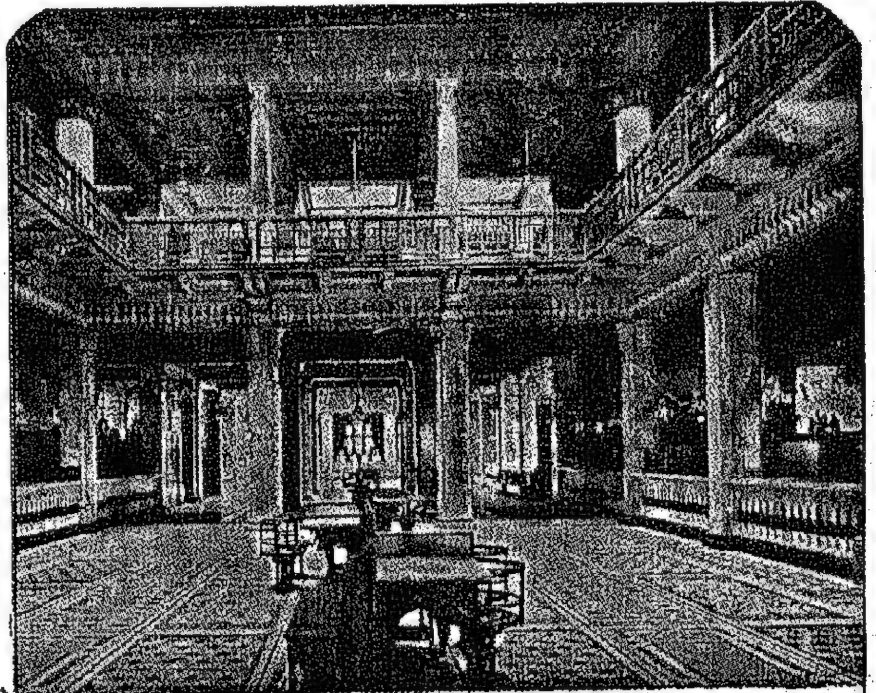
ويجب ان يكون معلوما لديك يا سيدتي ان كثرة النقود في أيدي طفلك اكبر مدعاة لتعويده الاسراف ثم الكثير من الرذائل وبالتالي الانحراف الخلقى . لا تعطيه ابدا نقودا الا بقدر ويستحسن ان توحى اليه بالجهة التي ينفقها فيها .

ان الطفل وان كان قد اكتسب عادات غذائية صحيحة في العام الاول أو العاملين الاولين من عمره فهو معرض فجأة في ذلك الوقت أو بعده مباشرة عن بعض الاغذية وخاصة اللبن . وهذا أمر طبيعي جدا . وكثيرا ما ينسى كراهيته لهذه الاغذية اذا ما توقفنا عن تقديمها له فترة قصيرة . أما اذا كان اعراضه هذا اكثر من اعراض مؤقت فلا بد من البحث عن السبب .

فربما كان الطفل يتناول طعاما قوى النكهة أو كثير التوابل كالحلوى واللحوم

(سندويشات) مكشوفة للآتربة والذباب ومعرضة للتلوث بل ان هذه المواد قد تباع أحيانا في المدرسة للحصول على النقود اللازمة لبعض الأغراض المدرسية . فضلا عن ضعف القيمة الغذائية لتلك المواد فانها تكون سبيلا الى نقل العدوى والاصابة بالامراض واحسن وسيلة لمواجهة هذه الحال ان يتضامن الاباء والمسؤولون في المدرسة على تنظيم بيع تلك الاغذية الاضافية للاطفال . ويجب

كثيرا ما يأخذ الاطفال في سن الدراسة المبكر نقودا يصرفونها حسب رغبتهم . فاذا لم يتأكد الاباء والمسؤولون في المدرسة ان هذه النقود تصرف في شراء مواد غذائية تتوفر فيها الاشتراطات الصحية وانها أى هذه المواد ذات قيمة من الناحية الغذائية فان هذه النقود تذهب سدى الى الباعة الجائلين أو اصحاب الحوانيت المجاورة للمدرسة في شراء حلوى أو فطائر أو



بنك مصر  
البنك الذي رفعت العزة المصرية  
وعامتها في الاستقلال الاقتصادي  
مؤسس شركاتها القومية  
منشئ الصناعات الكبرى  
يشمل نشاطه كل الأعمال المصرفية  
فزوعه بعواصم المديرية ومدنها الكبرى  
وكلاؤه ومراسلوه في كل بلاد الخارج .



# بنت النيل في شئون منزلك

## بقعة الحشيش الأخضر

س - ابنتي الصغيرة جلست بفسنتانها الابيض فوق الحشيش الاخضر بأرض الحديقة فترك بقعا خضراء اللون فهل يمكن ازالتها ؟

ج : نعم من السهل جدا ازالتها • فانقعها في اسبرتو ابيض مع تغيير الاسبرتو كلما اخضر لونه • ثم اغسلي الفستان بعد ذلك بالطريقة المعتادة حسب نوع القماش المصنوع منه •

## الازهار على المائدة :

س - أرجو اعطائي بعض الارشادات الهامة عن الازهار التي توضع لزخرفة موائد الطعام :

ج : أهم شيء هو اختيارك لزهريات قصيرة مسطحة أو التي تشبه في شكلها الاطباق وضعي فيها الجزء البللوري المملوء بالثقوب والخاص بوضع وحدات الازهار به ثم لاحظي أن تكون الزهور المختارة لهذه المناسبة ذات ألوان هادئة وأن تكون سيقانها صغيرة •

٣ - رتبها في الزهرية بشكل منسق جميل •

٤ - كل ما أنبهك اليه هو أن تجتنب استعمال الزهريات الضخمة الكبيرة أو المرتفعة كذلك اجتنبى وضع الازهار الطويلة السيقان لان كليهما يسبب احتجاب الاشخاص الآكلين حول المائدة من رؤية بعضهم بعضا •

٤ - وأخيرا تكون الازهار المختارة ذات رائحة خفيفة أو خالية منها

## خزن المأكولات الجافة

س - هل هناك قواعد لحفظ المأكولات الجافة مثل الفواكه والحبوب. أعني هل هذه الاشياء تفسد اذا خزنت لمدة سنين طويلة أم تبقى دون ان يصبها تلف اذا حفظت في أوعية محكمة الاغطية ؟

ج : الاشياء الجافة تحفظ طبعاً مدة طويلة دون أن يصبها أدنى تلف اذا حفظت بالطريقة الصحيحة في برطمانات جافة محكمة الغطاء وفي أمكنة متجددة الهواء أكثر مما لو حفظت في علب من الكرتون • ولكن بالرغم من ذلك فليس من الحكمة خزن الاطعمة لمدة سنين طويلة لان طعمها يتغير : فمثلا البازلاء الجافة والفاصوليا قد يصبها التسويس وقد يصعب طهيها أحيانا اذا خزنت أكثر من ستة شهور • والشعير قد يتلف طعمه ويصبه شيء من المذاقة اذا خزن أكثر من ثلاثة شهور وكذلك الدقيق • أما القراصيا والمشمش فقد يتلف بعد ستة شهور من خزنه • أما التوابل فقد تفقد نكهتها بعد ثلاثة شهور من خزنها •



يرغى بسرعة ويذوب ببطء

إنتاج شركة مصانع الزيوت والصابون

ش.م.م. فايف عماد سابقا

المركز الرئيسى، طنطا ٤٩٧/٣٣٠١ القاهرة ٢٥٤١٠

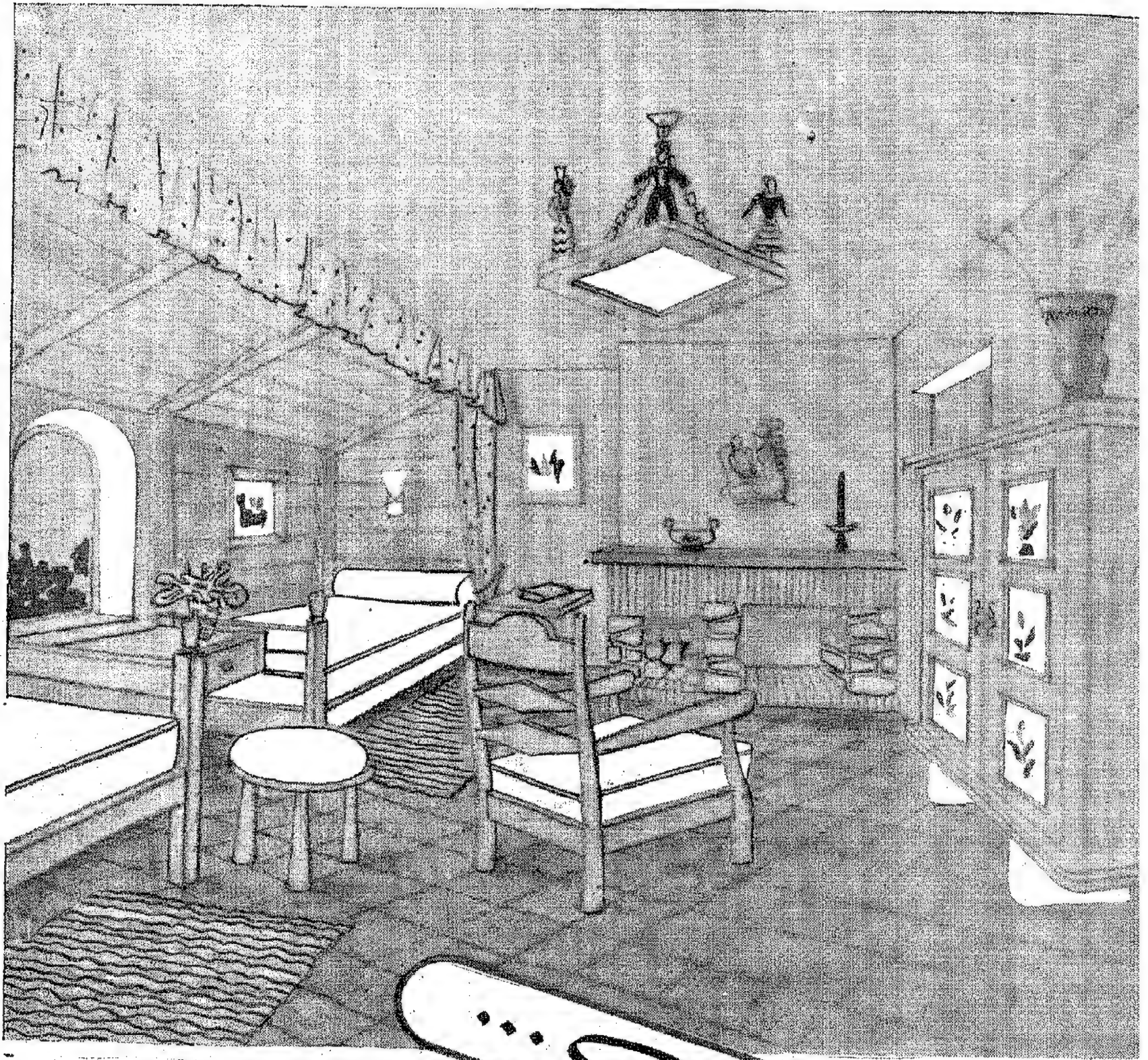
إسكندرية ٢٦١٥٩

# كيف تؤسسين غرفتين لولديك



ان الغرفتين اللتين نقترح عليك تأثيثهما لولديك اللذين ناهذا الرابعة عشرة من عمرهما ، تلك السن التي يصبح الولد فيها ميالا الى شيء كثير من التحرر والتي يمارس فيها الالعب الرياضية والتي يستقبل فيها اصدقاءه فيلعبون ويمرحون دون أن يسبوا ازعاجا لبقية البيت .  
 ان ستارة خضراء فاقعة تفصل ركن الرياضة عن ركن الراحة . وقد اختير للجائط اللون الاصفر الفاتح الذي يشبه لون القش . اما الاثاث فنحن قد صممنا من خشب السنديان .  
 ويلاحظ أن تحت النافذة صندوقا يحتوي على أدوات الرياضة المختلفة وعلى جانبها دولابان . وظهر خلال الباب المفتوح الحمام الصغير المزود بالدوش . ووضع على الصندوق ثلاث مخدات بألوان مختلفة وهي الازرق والاخضر والاصفر الفاتح ويمكن استعمالها للجلوس او للاستلقاء .  
 ويحلى الجائط صور العاب رياضية وقد غلقت فوق الديوان المضاء بمصباح يتحرك في جميع الاتجاهات . أما « أليك آب » والاسطوانات فقد وضعت على قطعة الاثاث التي خصص جزء منها للكتب .  
 ان مخدة القوتيل الطويل من قماش الكريتون القلم بالازرق والاخضر والاصفر الفاتح ، وهو نفس القماش الذي يغطي به الديوان الذي يستعمل ليلا كسرير .





## ولا نتيك

ان الغرفة الثانية التي تقدمها لك هي غرفة ابنتك او ابنتيك . ضعي سريرين او سراير حسب الحاجة . وهناك على الجانب لوحة صغيرة تنظم عليها الكتب . وامام النافذة منضدة ذات ادراج بكرسي خشبي ذي ثلاثة ارجل يستعمل كتسريحة او كمنضدة . ويمكن فصل الركن الخاص بالسراير عن سائر الغرفة «بقولان» مكشكش وستائر من الكريتنون الابيض المنقط بالالوان الزاهية المختلفة . وفوق كل سرير مصباح يضيء اضاءة غير مباشرة .

ويمكن بناء مدفأة بالحجر على سطحها شمعدان وزهرية . ويوضع على الحائط امام السريرين دولاب ذو بابين محفورين . ويستحسن ان يحتل هذا الدولاب الحائط كله او جزءا كبيرا منه . وامام المدفأة وبين الدولاب والسريرين فوتيل من الخشب طراز روبيتيك وقد فرش بنفس قماش السريرين . اما على الارض فقد اختير هذان البساطان المصنوعان من الكليم .

وعلقت الى السقف نجفة لها برواز من الخشب الطبيعي المحلى بتماثيل صغيرة .

فرغ الدكتور عزيز صدقي المهندس وعضو المجلس الأعلى للخدمات العامة بالاستشارة مع الاستاذ نبيه الشيمي وكيل وزارة المعارف المساعد من دراسة مشروع جامعة أسبوط وقد تقرر البدء فوراً في نزع ملكية الاراضى المجاورة لمدينة أسبوط والتي تم اختيارها لاقامة مباني الجامعة عليها وقد قدرت التكاليف المبدئية بمليونين وأربعمائة ألف جنيه .

♦ أثير في المؤتمر الصحفي الذي عقده الدكتور محمد عوض محمد وزير المعارف موضوع المدارس الحرة وقد قال الوزير ان الوزارة لا تستطيع ان تمسك عن نظام مجانية التعليم ولكنه ان يتردد في مساعدة أى مدرسة خاصة بمصروفات يرى أنها كثيفة بتحقيق رسالة معينة ، وقال انه لا يستطيع ان يطلب بعودة المدارس الحرة ولكنه لا يعارض في قيامها اذا ما طالب الرأي العام بذلك

♦ قال احد الصحفيين لوزير المعارف في أثناء المؤتمر الصحفي المذكور انه ليس لدينا تعليم فنى بالمرة والدولة لا تنفق الا بضعة اوف من الجنيهات على هذا النوع من التعليم في الوقت الذي تعتمد فيه مئات الملايين من الجنيهات لتصنيع البلاد

♦ اقترح استاذ الجيل لطفى السيد أن يقوم الافراد بتأسيس جامعات حرة وقال ان هذه الجامعات مهمة الافراد والمؤسسات لا مهمة الحكومات .

♦ قال الدكتور احمد زكى ان مسألة تطبيق النظام الجديد للامتحانات بكلية الحقوق في باقى كليات الجامعة امر متروك لجالس هذه الكليات فهي التي لها سلطة وعلى مجلس الجامعة ان يقر التعديل او يرفضه .

♦ يعرض مجلس الانتاج القومى مذكرة خاصة بتصنيع التعليم فى مصر أى الاهتمام بالتعليم الفنى على لجنة خاصة فى أوائل الشهر الحالى وقد اقترح الدكتور راشد البراوى تخصيص ٢٠ مليون جنيه من اموال المشروعات العامة على عشر سنوات لانشاء مدارس صناعية تلحق بالمشآت الجديدة .

## الجامعات فى شهر

### نحو جامعة افضل ..

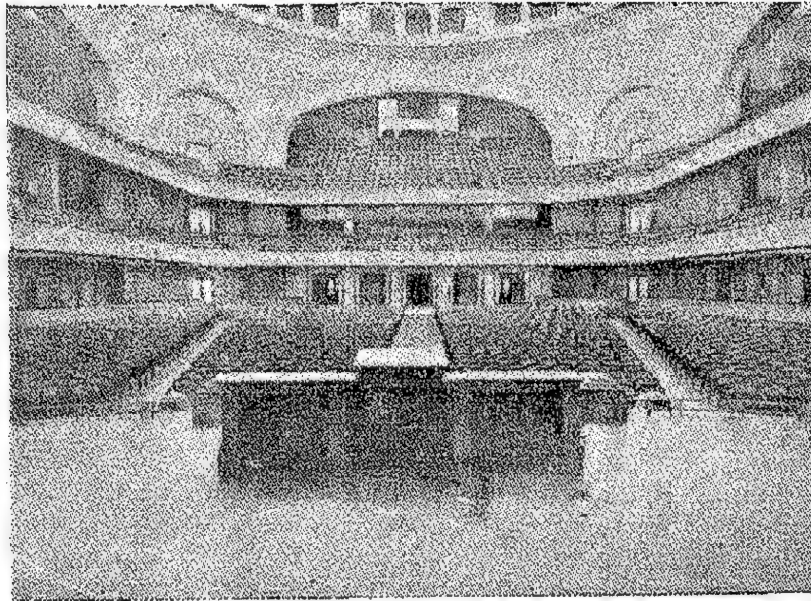
انتهى الطلبة من تأدية امتحاناتهم .. وظهرت معظم النتائج ، وبعضهم لم يحالفه الحظ فأخذ يعاود الجهاد من جديد على يوفق فى فرصة أخرى ، والبعض الآخر قد حالفه الحظ وانتصر فى المعركة فترك السلاح وانطلق فى الشوارع يضيق المارة أو ركن الى الريف ليقضى فيه اجازته

وكنا قد سمعنا وقرأنا الكثير عن مشروعات لادارة النشاط بوزارة المعارف واتحادات الجامعات وادارة المشروعات بوزارة الشؤون الاجتماعية كلها ترمى الى تنظيم اوقات الفراغ عند الشباب ولكن مما يؤسف له ان مشروعا واحدا من هذه المشروعات لم ير النور بعد .

ان فى مقدور الحكومة ان تخلق من قصور الملك السابق اندية للرياضة والتسلية المفيدة للشباب ومكتبات يطالع فيها الفنون المختلفة بدلا من ان تتركه فريسة لنزواته ، وحتى تريح منه الناس فى الطرقات والامكنة العامة .

سمير عبد القادر

## اسرار الجامعات



### قاعة الاحتفالات الكبرى بجامعة القاهرة

♦ ما زال التنافس على أشده بين موظفى الجامعة الاداريين حول منصب سكرتير عام مساعد لجامعة القاهرة

♦ يفكر المسئولون فى إعادة تكوين مجلس التعليم الاعلى المتكون من وزراء المعارف السابقين على أن يضم مديري الجامعات اللامعين ولغفوا من المشتغلين بشئون التربية .

تتوقع وزارة الارشاد القومى ازدياد عدد الطلبة السودانيين بالجامعات المصرية خلال العام القادم ولقد أعدت برنامجا للإشراف على هؤلاء الطلبة ورعايتهم صحيا واجتماعيا .

♦ أصدرت جامعة شيكاغو كتابا عن أقدم مائة جامعة فى العالم وقد وصفت جامعة القاهرة بأنها ثالث جامعة فى الشرق

♦ يدرس مجلس جامعة القاهرة فى اجتماعه القادم المذكرة التى قدمها الدكتور جابر العيى مدير الادارة الاجتماعية بالجامعة والخاصة بتعديل نظم صندوق الخدمات والذي تبلغ حصيلته حوالى خمسة الاف جنيه فى العام الواحد .

♦ شكلت لجنة خاصة من بعض الموظفين الاداريين بجامعة القاهرة لبحث مشروع توسيع مطبعة الجامعة حتى تتمكن من طبع الكتب الجامعية والمراجع التاريخية والادبية الهامة .

♦ يعانى طبسة قسم اللغة الانجليزية بكلية الاداب الكثير من قلة وجود قاموس انجليزى - عربى وقد قام الاستاذ اسماعيل مظهر باعداد قاموس لسد هذا النقص كما أعدت دار لاروس الباريسية قاموسا آخر عربى - فرنسى .

♦ بلغت التبرعات التى جمعت لجمعية اسبوع الجامعات ١٧ ألف جنيه حتى الان وقد أقيمت الحفلات الساهرة التى كان مزمعا اقامتها لهذا الغرض والتى كان بعض الفنانين قد تطوعوا لحياتها

♦ تبدأ المعسكرات الصيفية للشباب الجامعى فى ١٠ يولية الحال ولمدة ثلاثة اسابيع . وستكون أعمال هذه المعسكرات فى قرى المراكز الاجتماعية . والغرض من هذا المشروع اثاره الوعى القومى بين سكان الريف .

آنسة فيولا جورج شلبى - كلية التجارة جامعة ابراهيم

اقترح اعداد رحلات خاصة للخارج لنوابغ الطلبة على نفقة الاتحادات وانشاء اندية خارج الجامعة لتساعد على خلق روح التعاون بين الطلبة فى مختلف كليات الجامعة



آنسة عصمت عبده الجمل - كلية الحقوق - جامعة القاهرة

اقترح أن ينظم اسبوع الجامعات كل عام وأن تصرف اتحادات الجامعات اعانات شهرية للطلبة المحتاجين حتى يمكنهم أن يتفرغوا للعلم فقط والا تعتمدهم الحاجة



### نحن نقترح

يظهر تحت هذا العنوان كل شهر الاقتراحات والآراء التى ترد البنا ..

وبنت النيل تعلن ترحيبها بكل اقتراح وتعد بنشره ما دام فى حدود القانون والنظام . وترجو ان ترفق بالاقتراحات صور اصحابها لنشرها بجانب اقتراحاتهم ..



قلم

انه لم يعد الصديق الذي كنا نعرفه منذ اكثر من خمس عشرة سنة .. الصديق الذي يصرف اكثر من ربع مرتبه على اقتناء الكتب وشراء الصحف والمجلات . كانت حياته قراءة وكتابة وبحثا وتنقيبا في الوثائق وفي غيرها وكانت سعادته تصل الى الذروة حين يعثر على حقيقة تاريخية كانت مفقودة على غيره .. كان ان سافر طلبا للصحة والراحة نسي الغرض من سفره وعاد سبرته الاول من القراءة وكتابة المذكرات .. اما اليوم فقد تبدل حاله تماما . فهو لا يقرأ الا الكتب التي تبحث في تكوين الثروات والمشاريع التي تدر الاموال على اصحابها . انه يدرس اليوم مشروع فتح محل لبيع المثلجات بعد ان كان لا يفكر الا في تأليف الكتب وتدريس المقالات ..

قلم

ان من حق هذا الصديق ان يعيش كما يعيش فيسره من الناس . لقد ادرك بعد جهاد دام سنين ان البحث في الكتب والاضابير لا يظلم صاحبه الا الكفاف ولا يؤمن مستقبله من العوز . فلو بذل في مشروعه الجديد نصف المجهود الذي كان يبذله في الماضي لوصل الى بثيته من الكسب الجلال والحياة الرغدة التي حرماها في ريعان الشباب .

خليل صابات

# امرأة ... في حياة نهر

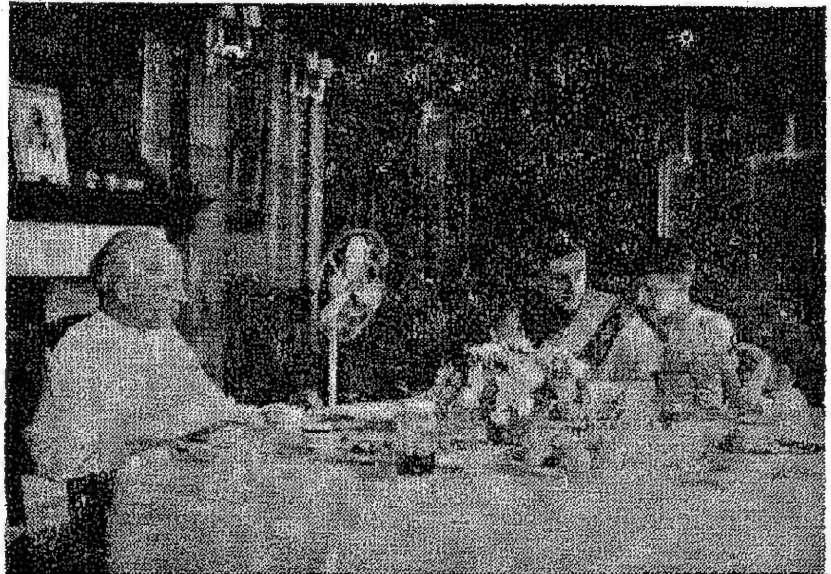
تنوب عن والدها في كثير من المؤسسات الاجتماعية .

وهي زوجة لصاحب مشهور وأم لطفلين جميلين يدعى أكبرهما راجيف ، والثاني سانجيا . وهي تقول انها لا تضع في ذهنها في كل ما تقوم به سوى هدفين : النظام والبساطة . وتمثل الديمقراطية الحقبة في تربيتها لابنائها وهي تعنى بهما عناية تامة رغم أن إدارة منزل كمزول نهر تعتبر عملا شاقا في حد ذاته .

ومن الملاحظ انه لا يوجد عظيم الا وخلفه امرأة تعنى به وتوفر له الراحة وتقوم بكل المهام التي يطلبها منها، ان المرأة الصالحة لا بد أن تصنع المواطن الصالح .

على مائدة الافطار جالس نهر مع وحيدته انديرا وابنها .

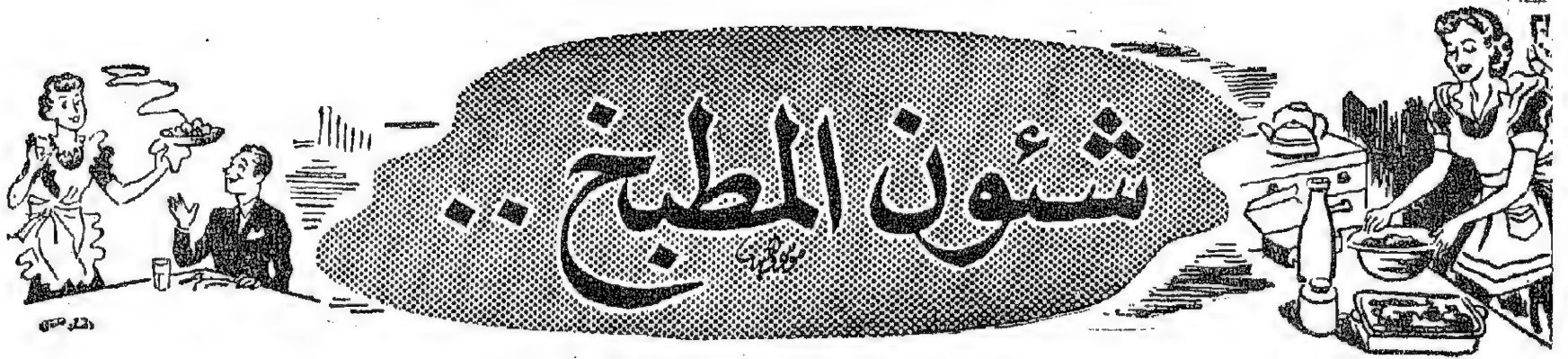
وهي وحيدة والدها . ومنذ وفاة والدتها تعتبر المسئولة الاولى عن ترتيب منزله وحياته وهي مهام صعبة ازاء رجل مثل نهر الذي يعتبر من الشخصيات الاولى في العالم ويعتبر منزل نهر ومجمعا لكل قادة الفكر والرأي ورجال الاعمال والسياسة والادب، والسيدة انديرا هي التي تواجه كل هذا السيل الذي لا ينقطع من الشخصيات وتقوم بواجبات الضيافة خير قيام . فضلا عن ذلك فهي



شريمانى انديرا غاندى

تعتبر السيدة انديرا غاندى كريمة السيد جواهر لال نهر — رئيس وزراء الهندوستان في أوائل سيدات المجتمع الهندى . . .

في حديقة منزل رئيس الوزراء جلست السيدة غاندى تلاعب ولديها راجيف وسنجيا .



### الطريقة :

- ١ - انزعى كؤوس الباذنجان الخضراء ثم اسلقيه سلقا بسيطا فى ماء مغلى ثم ينشل من الماء واتركيه حتى يبرد
- ٢ - يشق الباذنجان طوليا صغيرا من الجانب • ثم يقرور ويزال اللب
- ٣ - اعملى عصاج وذلك بأن تفرمى البصل وتحمر قليلا فى السمن أو فى لية الخروف بعد تقطيعها الى قطع صغيرة جدا وعندما يصفر لون البصل أضيفى اليه اللحم المفروم والملح والفلفل والمكسرات بعد تقطيعها الى قطع صغيرة ويمكنك الاستغناء عنها
- ٤ - احشى الباذنجان بالعصاج المذكور ثم يرص بعضه بجانب بعض فى صينية
- ٥ - صفى الطماطم وتضاف الى الباذنجان السابق وضعيها فى فرن هادى حتى يتم نضج الباذنجان وتنسبك الطماطم
- ٦ - عند التقديم تقدم الصينية كما هى على المائدة بعد وضعها فوق طبق أو ترص وحدات الباذنجان بجانب بعضها فوق طبق صينى مستطيل ويصب حولها الصلصة المتخلفة وزخرفى الطبق بقطعة من المقدونس ويقدم للاكل ساخنا •

### اللحم البارد

من أصناف اللحوم المستحبة فى الصيف لا سيما فى وجبة العشاء ويقدم مع حلقات الطماطم وأوراق الخس ، كذلك يمكنك استعماله فى رحلاتك فى الساندوتش أو فى عمل ساندوتش منه فى حفلات الشاي •

### المقادير :

رطل لحم مشفى بثلو صغير أو ضان صغير جدا أحمر ومن الفخدة  
٣ شرائح من البقسماط الناشف  
نصف كوب لبن مغلى ثم يترك ليبرد  
ملح وفلفل وبهار  
قليل جدا من عصير البصل

### الطريقة :

- ١ - أغلى اللبن واتركيه حتى يبرد تماما • ثم انقعى فيه شرائح البقسماط وتترك فيه حتى تلين وتتشرب جميع اللبن
- ٢ - افرمى اللحم مرتين أو ثلاثا حتى ينعم تماما أو تدق فى الهاون اذا احتاج الامر ثم أضيفى اليه الخبز المنقوع فى اللبن والملح والفلفل والتوابل وعصير البصل واضبطى الطعم

### صحن اليوم

الكوارع باليخنى  
سلطة خضار  
شمام

### الكوارع باليخنى

زوج كوارع كندوز  
رطل طماطم  
نصف رطل بصل  
ملعقتين كبيرتين سمن  
رطل طماطم  
ملعقتين كبيرتين حمص  
ملح وفلفل • بهار  
قليل من الشطة

### الطريقة :

- ١ - نظفى الكوارع واسلقيها سلقا جيدا حتى تنضج تماما ثم اخليها من العظم
- ٢ - قطعى لحم الكوارع بسكين حاد الى قطع صغيرة فى حجم البندق •
- ٣ - اعملى اليخنى بالطريقة المعتادة وهى أن تفرمى البصل رفيعا ثم حمريه فى السمن حتى يصفر لونه فيضاف الفلفل والبهار ويكمل التحمير • ثم أضيفى اليه عصير الطماطم وتترك حتى تنضج وتنسبك ثم أضيفى اليها قليلا من الماء • وأخيرا اغسلى الحمص ويضاف الى اليخنى ويترك لينضج •
- ٤ - أضيفى قليلا جدا من الشطة • ثم الكوارع المقطعة وهيدئى النار وغطى الاناء واتركى الجميع يتسبك •
- ٥ - عند التقديم تغرف فى طبق صينى مسطح وتقدم للاكل ساخنة •

### صينية الباذنجان الاسود المحشو

### المقادير :

أفة باذنجان اسود عروس  
صغير جدا  
رطل لحم ضان مفروم  
ربع رطل سمن أو لية  
الخروف  
رطل طماطم  
نصف رطل بصل  
قليل من الثوم  
ملح وفلفل وبهار  
قليل من المكسرات اذا رغب  
فيها



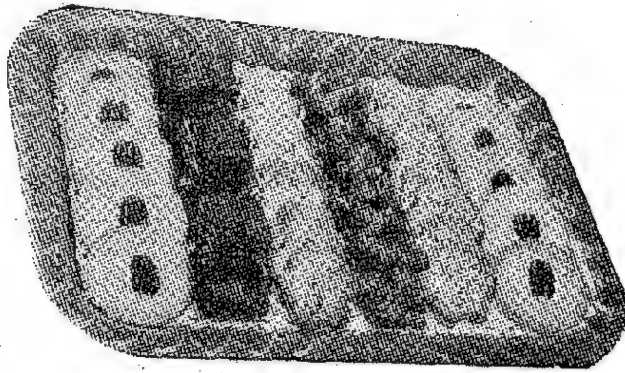
# كريسكو زيوت نباتية مجمدة

تغنيك عن السمن البلدي  
وتساعدك على طهي الأكلات



«كريسكو» أحسن الزيوت النباتية  
المجمدة في العالم . . نقية تماما .  
سهلة الهضم تسوى المأكولات تسوية  
مدهشة وتحمرها تحميرا جميلا  
دون أن تجعلها ( عايمة في السمن أو  
مبشيشة ) جربي زيوت «كريسكو»  
النباتية الأمريكية المدهشة التي  
تغنيك عن السمن البلدي - جربها  
في قلى المأكولات وجربها في عمل  
الكعك والحلوى فان طعمهما النقي  
لا يغطي على نكهة الحلوى والفواكه  
والمكسرات التي تضعينها في الكعك

تشكيلة جميلة من  
البسكويت اللذيذ  
المصنوع بزيوت  
«كريسكو» النباتية



الثانية عشر من شهر يوم الاثنين  
الموافق ١٩٥٤/٨/٢٢ عن توريد  
أجهزة الميكانيكا اللازمة لمدراس  
الوزارة لسنة ١٩٥٤/١٩٥٥ .  
ويمكن الحصول على الشروط  
وقوائم المناقصة من مراقبة  
التوريدات بشارع صفية زقلول  
بالقاهرة نظير دفع مبلغ ٢٠٠ مليم  
خلاف أجرة البريد .

( ٧٩٤١ )

## مصلحة البلديات

تقبل العطاءات بمصلحة البلديات  
( بوسنة قصر الدوبارة ) لغاية ظهر  
يوم ١٩٥٤/٧/٢٢ عن عملية تدعيم  
عملية المياه الارتوازية بلوى وتطلب  
الشروط والمواصفات من المصلحة  
على ورقة دفعة فئة الخمسين مليما  
مقابل دفع مبلغ جتية واحد خلاف  
أجرة البريد وطرايع المهن الهندسية  
وكل عطاء غير مصحوب بتأمين  
ابتدائي قدره ٢ ٪ لا يلتفت إليه .

( ٧٩٠٧ )

## مصلحة البلديات

تقبل العطاءات بمصلحة البلديات  
( بوسنة قصر الدوبارة ) لغاية ظهر  
يوم ١٩٥٤/٧/٢٢ عن عملية توريد  
وترتيب مجموعة هواء لجلس بلدي  
( ماكينة وطلبية هواء ) لمجلس بلدي  
جرجا . وتطلب الشروط والمواصفات  
على ورقة دفعة فئة الخمسين مليما  
مقابل دفع مبلغ ٢٥٠ مليم خلاف  
أجرة البريد وطوايع المهن الهندسية  
وكل عطاء غير مصحوب بتأمين  
ابتدائي قدره ٢ ٪ لا يلتفت إليه .

( ٧٩٤٤ )

## وزارة المعارف العمومية

تقبل العطاءات بعنوان السيد  
السكرتير العام لوزارة المعارف  
العمومية بشارع الفلكي بالقاهرة  
عن طريق البريد أو بوضعها في  
الصندوق المخصص لذلك بإدارة  
المحفوظات بالوزارة لغاية الساعة

٣ - ادھني قالب كيك مستطيل دھنا جيدا بالسمن ثم  
ضعي فيه اللحم ويساوي جيدا  
٤ - يخبز في فرن متوسط الحرارة حتى ينضج اللحم  
ثم ينزع من الفرن  
٥ - اتركي قالب اللحم في مكان هادئ حتى يبرد ثم  
ضعيه داخل الثلاجة أو حول الثلج حتى يبرد تماما ويجمد  
ويتماسك في بعضه ، ويستحسن عمل هذا الصنف قبل  
أكله بمدة طويلة تسمح بتثليجه أو عمله قبل أكله بيوم  
٦ - عند التقديم اقلبيه من القالب وقطعيه بسكين حاد  
جدا الى شرائح رفيعة وترص الشرائح في طبق صيني  
مسطح مستطيل ويزخرف حوله بحلقات من الطماطم وأوراق  
الخس ويقدم للأكل باردا مع سلطة الخضار

## سوفلية الشيكولاته

من أصناف الحلوى المثلجة المستحبة كثيرا في فصل  
الصيف وهو لذيذ الطعم وسهل العمل ويمكنك تقديمه  
في ولائمك كصنف من أصناف الحلوى الراقية كذلك يمكنك  
تقديمه لزائريك بعد الظهر في فصل الصيف .

### المقادير :

٤ بيضات  
٣ ملاعق شوربة سكر بودرة ربع كوب لبن  
كوب كريمه لباني نصف أوقية جيلاتين  
قليل من نعل الغانيليا ٣ ملاعق ماء

### الطريقة :

١ - افصلي صفار البيض عن زلاله .  
٢ - ضعي صفار البيض في سلطانية وأضيفي اليه  
سكر البودرة واضربييه جيدا بمضرب البيض السلك فوق  
حمام مائي حتى يبيض لون البيض ويغلظ قوامه لدرجة اذا  
رفعت المضرب ونزل منه المزيج ترك له أثر فوق السلطانية  
٢ - أذبي الشيكولاتة في مقادير اللبن . وأذبي  
الجيلاتين في مقدار الماء فوق النار الهادئة ثم ترفع من على  
النار وتترك لتهدأ .

٣ - ضعي الكريمه اللباني في سلطانية واضربييه  
بالمضرب حتى تغلظ قليلا واحذري تجمدها

٤ - أضيفي الشيكولاتة المحللة الى مزيج السكر والبيض  
ثم أضيفي الكريمه المخفوقة وامزجي الجميع بخفة جدا  
واحذري الضرب الشديد .

٥ - أضيفي الجيلاتين السائحة مع ملاحظة أن تكون دافئة  
قليلا وتضاف ببطء على هيئة « سرسوب » مع الاستمرار في  
التقليب حتى تختلط بجميع المزيج خلطا تاما .

٦ - اضربي زلال البيض ضربا جيدا حتى يجمد وأضيفي  
اليه الغانيليا وأضيفيه بخفة الى الخليط السابق مع ملاحظة  
التقليب جدا والا خرج الهواء من المزيج وتلف .

٧ - صبي المزيج في قالب السوفلية الخاص واذا لم يكن  
لديك فاستعضي عنه بطبق بللوري عميق ويملا حتى خافته  
النهائية ثم ضعيه في الثلاجة أو حول الثلج حتى يجمد

٨ - عند التقديم زخرفي السطح بوردات صغيرة من  
الكريم شانتيه والفسنت المرسوم ويقدم للأكل مثلجا  
ملحوظة : يمكنك صب المزيج في كاسات بللورية بعدد  
الأكليين بدلا من صبه في طبق واحد .

# طعام في يوليو

الاحد ٤ يولييه  
البشاميل ، مكرونة  
صينية الباذنجان بصلصة  
طماطم ، سلطة خضار

الخميس ٨ يولييه  
فاصوليا جافة مكمورة  
بدون لحم ، مكرونة ،  
سلطة خيار ، فاكهة

الاثنين ١٢ يولييه  
باذنجان مقلي ، سلطة  
زبادي ، باذنجان بالخل  
والثوم ، فاكهة

الخميس أول يولييه  
محشو ورق العنب ،  
بطاطس مكمورة ، سلطة  
زبادي ، فاكهة

الاثنين ٥ يولييه  
فول نابت باليخني ،  
سلطة خضار ، فاكهة

الجمعة ٩ يولييه  
تورلي ، أرز مفلفل ،  
سلطة زبادي ، فاكهة

الثلاثاء ١٣ يولييه  
صينية بطاطس باللحم ،  
مكرونة ، سلطة خضار ،  
فاكهة

الجمعة ٢ يولييه  
فاصوليا خضراء مكمورة ،  
أرز مفلفل ، سلطة  
خضار ، فاكهة

الثلاثاء ٦ يولييه  
لحم بوفتيك ، كوسة  
مكمورة ، أرز مفلفل ،  
سلطة خضار ، فاكهة

السبت ١٠ يولييه  
لوبيا خضراء مكمورة ،  
أرز مفلفل ، سلطة طحينة  
فاكهة

الاربعاء ١٤ يولييه  
صينية الباذنجان الاسود  
المحشو ، أرز مفلفل ،  
سلطة زبادي ، فاكهة

السبت ٣ يولييه  
باميا مكمورة ، أرز مفلفل ،  
سلطة خيار ، فاكهة

الاربعاء ٧ يولييه  
لحم بالدمعة ، ملوخية ،  
أرز مفلفل ، فاكهة

الاحد ١١ يولييه  
كوارع باليخني ، أرز  
مفلفل ، سلطة طحينة ،  
فاكهة

الخميس ١٥ يولييه  
باميا ويكه ، أرز مفلفل ،  
سلطة خضار ، فاكهة

## السيدة الأنيفة تعرف كيف تختار أحسن المنتجات

فضيات كريستوفل

تلكسب مائدتك  
رونقا وأناقته  
تمتاز بجودتها  
وجمالها

مياه فيشي

تصون الكبد  
تنظم الهضم  
تطهر الدم

مياه برييه

طبيعية وصافية  
خفيفة ومهضمة  
تساعد على  
الحفاظ برشاقتك

**perrier**



**Christofle**



# لا تافرى قبل أن تفكرى

بالكراسى والمقاعد : انفضى أو نفضى  
بالمكنسة الكهربائية ثم أزيل البقع  
وضعى مسحوقا مبيدا للحشرات .

• هل لديك « بيانو » ؟ افتحيه  
ورشى فيه مسحوقا مبيدا للحشرات  
لقد التهبنا الآن من الغرف  
الرئيسية للمنزل . هيا بنا الى  
« مطبخ » ان عملا هاما فى انتظارنا  
هناك .

ان يظل أحد فى المنزل أثناء  
غيابك . فى استطاعتك اذن أن  
تلمعى الفضييات والكسرولات وأن  
تغلفيها بعد ذلك فى ورق أسود  
ان اردت أن تجديها لامة بعد  
عودتك . أما البوفيه أو النملية  
فيجب ألا تحتوى إلا على بطارمات  
أو علب من الصفيح توضع فيها  
الحبوب التى تستطيع أن تنتظر  
عودتك . أما سائر المأكولات فيجب  
اكلها أو التصرف فيها قبل الرحيل  
وان كنت لا تسكنين احدى  
هذه العمارات التى تلقى فيها  
القمامة أو ترماتيكيا فلا بد لك من  
غسل صندوق القمامة جيدا  
بالبوتاس .

• اقللى الان عداد الكهرباء  
والغاز والماء ان أردت ألا يحدث  
حادث للشقة أثناء غيابك .

وفى يوم سفرك تومى بجولة فى  
أنحاء المنزل واقفلى الابواب  
والنوافذ . ولا تنسى وأنت تحيىن  
البواب أن تتركى معه عنوانك فى  
المصيف ليحول اليه خطاباتك .

• اغسلى ملايات السرير  
وانتهزى فرصة غيابك لاعادة  
تنجيد المفروشات ان كانت فى حاجة  
الى ذلك . أما ان كانت فى حالة  
جيدة فما عليك إلا تنفيضها  
ورشها بمسحوق مبيد للعتة .

• افتحى دواليبك . انها  
تحتوى جزءا من ثروتك . اخرجى  
الملابس وفرشيها واعيدى النظر  
الى الازرار والبطانة فليس أثقل  
علينا نحن النساء من اعادة خياطة  
عشرين أو ثلاثين زرا . رشى بعد  
ذلك الدواليب بمحلول مبيد  
للحشرات . فان عدت من مصيفك  
وجدت ملابسك على خير ما يرام .

• ومعطفك الفراء ؟ هو أيضا  
رأسمالك . انفضيه ونظفيه ورشى  
فيه المستحضر المبيد للحشرات  
شأنه فى ذلك شأن سائر الملابس  
• أما التريكو والملابس الصوفية  
فعليك بغسلها وتجفيفها ثم وضع  
الفتالين فيها

• وان انتقلنا الى السجاد  
وجدنا انه فى حاجة الى مجهود أكبر  
استعملى فى تنظيفه المكنسة  
الكهربائية أو النفاضة وأزيل البقع  
من عليه بمسحه بخرقة مغموسة  
بماء وامونياك « ملعقة قهوة فى  
لترين ماء » . لفى السجادة على  
نفسها وغلفيها بالورق . انها  
ستكون بنائى عن الغبار والعتة .  
• استعملى نفس الطريقة

السفر بالنسبة للزوج هو اعادة  
فحص السيارة ان كانت لديه سيارة  
والامتنام بملابسه وحاجاته  
الخاصة .

وضمى الكتب والكراسات فى  
الادراج .

والسفر بالنسبة لك هو قفل  
الشقة .

هل تسمحين أيتها القارئة  
العزيزة أن نتجول معا فى أنحاء  
المنزل لكى نستبعد لا قفاله ؟ خذى  
اذن ورقة وقلماء هل أنت مستعدة ؟  
لنبدا اذن .

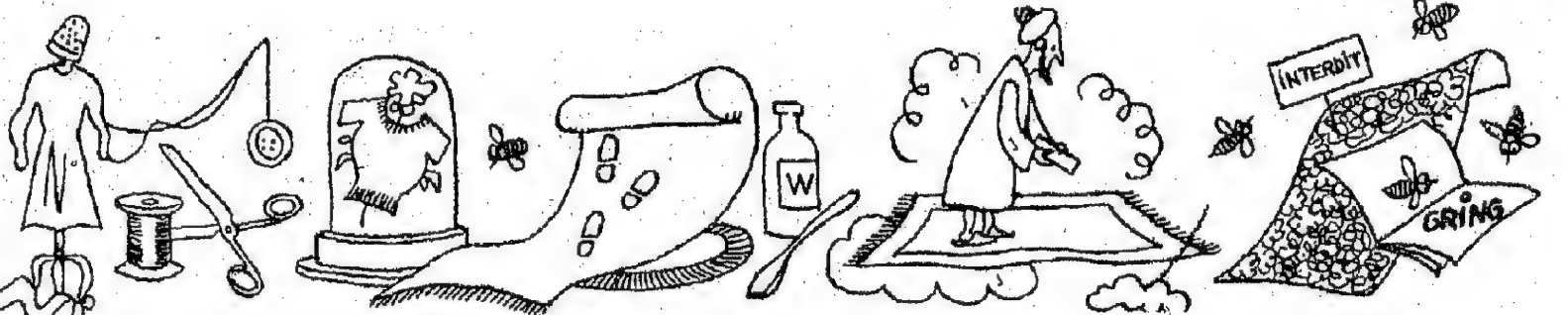
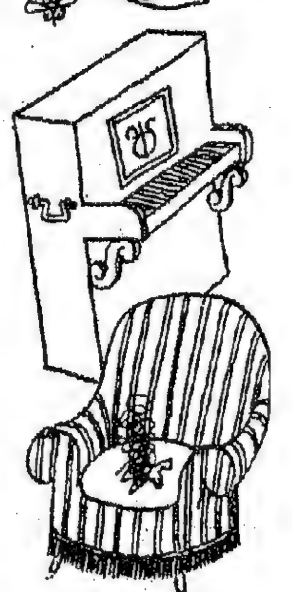
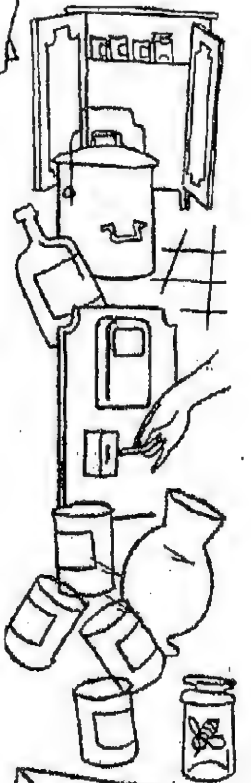
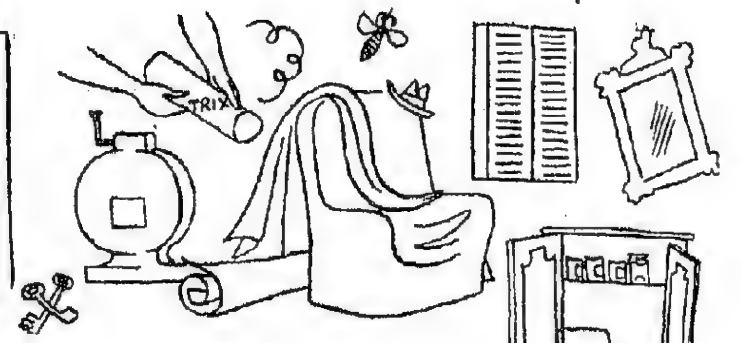
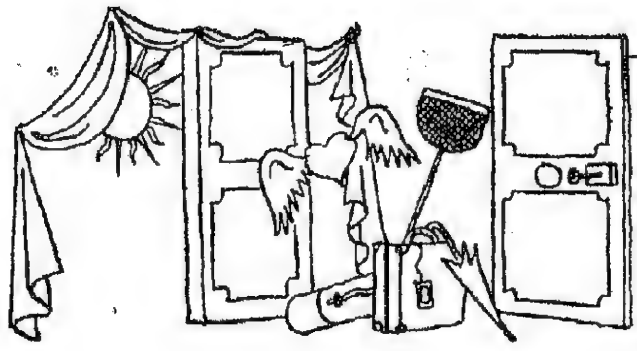
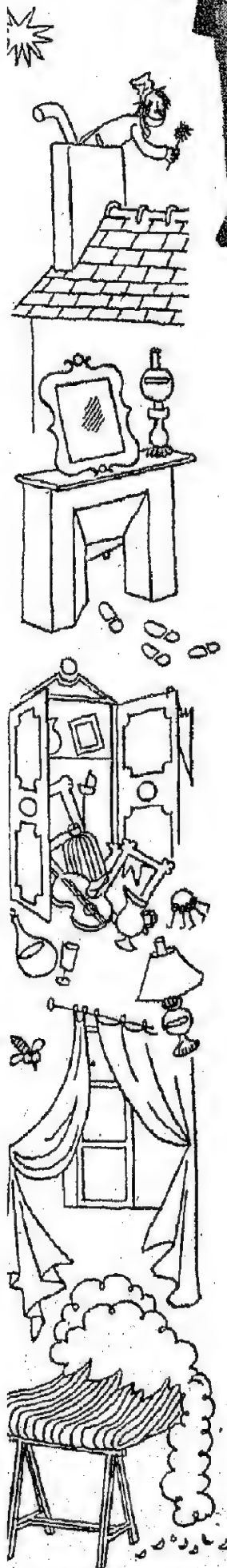
• المرأة ؟ نظفيها وادعكى  
بروازها الذهبى بقطنة مغموسة  
بمحلول ماء البصل ويمكنك  
الحصول عليه بغلى اثنتى عشرة  
بصلة مقشرة فى ثلاثة لترات  
من الماء لمدة ساعة . ان البرواز  
سيظل لامعا طوال الصيف .

• ضعى البيبلوهات وأوانى  
الزهور بعيدا عن الغبار .

• غلفى الاباجورات بورق  
الحرير والسيوفان .

• اغسلى الستائر وضعيها فى  
الادراج فى انتظار عودتك .

• انزلى أيضا الستائر المبطنه  
وانفضيها جيدا أو انزلى عنها  
الغبار بالمكنسة الكهربائيه ثم  
ضعيها فى الصناديق أو الادراج  
الى أن تعودى .



## بنت النيل

# حل مشاكل

### لى حق فى الحياة !

تزوجته منذ خمس سنوات وهو الان فى الخمسين من عمره بينما لم أتجاوز أنا الرابعة والعشرين . ومشكلتى تقوم على اتساع الفارق بين طبيعنا فهو انسان زاهد فى متاع الحياة كل آماله أن يتمكن من اتفاق باقى عمره فى صحراء بعيدة عن أضواء المدينة وعمران البشر . أما أنا فشابة مرحة متفائلة أحب الحياة وأنفر من الوحدة التى يحاول فرضها على . هذه صورة سريعة لنوع الحياة الحزينة الموحشة التى أحيانا الى جوار هذا الزوج العابس الذى لا يريد أن يذكر أن لشبابى حقا عليه وعلى الحياة . وبعد ألا ترين ياسيدتى أن مواصلى تحمل هذه الحياة تعد تضحية لا يوجد ما يبررها ؟

### سمونيا - غمره

بنت النيل : قد تكون حياتك اليوم مأساة . وقد يكون بقاؤك الى جوار هذا الزوج تضحية كبيرة . ولكن الذى يجب أن تذكره هو أنك مسئولة عن نتائج هذه الزيجة غير المتكافئة . فقد كان عليك أن ترفضى من قبل الزواج من رجل فى سن والدك . أما الان فليس أمامك مفر من احترام واجبك نحوه فهو زوجك . الا اذا كنت تعلمين أن تمسرد مشاعرك قد بلغ الحد الذى يهدد اخلاصك له . ففى هذه الحالة يكون الانفصال أكرم لك وله !



### بين العقل . . والقلب !

أحبته بكل مشاعرى رغم الفارق بين مستوانا فهو يعمل « تمرجيا » عند طبيب كبير يجاورنا فى المسكن . . وزاد فى اعجابى به ما يتمتع به من خلق عال وسعة طيبة . . وزاد المشكلة تعقيدا أن تقدم لطلب يدى طبيب من أقاربى فأصبحت فى حيرة من أمرى لا أقوى على مخالفة قلبى والتنكر للرجل الذى أحبته لا لذنب سوى أنه يعمل تمرجيا ولا يرتفع الى مستوى الطبيب الذى يخطبنى بينما لا أقوى على

### ف - ٤ - دقهلية

بنت النيل : بوى يا صغيرتى لو اسب تطعت أن أشير عليك بالانتصار لحق قلبك عليك، فانى أو من أن الحب هو عماد السعادة الزوجية ولكن ما حيلتى والفوارق الاجتماعية فى مجتمعا الشرقى وغرب الشرقى هى التى تكيف ارادتنا . . قد تعجبين لو علمت ان الاعتبار

# سكتة كل يوم

فى هذا العصر الذى نجاهد فيه للتخلص من جميع القيود التى تقيد حرية الانسان فى اختيار مصيره . . ما زلنا نحن شيان القرن العشرين نعاني ذات المشكلة التى كانت تواجهه آباءنا عند اختيار شريكات حياتهم . . اننى أريد أريك فى مشكلة خاطب مثقف يحرم عليه رؤية الانسنة التى ستقاسمه حياته ومستقبله . . اننى أحترم ولا شك حرص أسرته على حمايتها فان ذلك يطمئنى على سمعة من اخترتها ولكن الا يعد الاسراف فى التحفظ عليها نوعا من العبودية يقرى الزوج على عدم احترام حرية زوجته التى تعود ان يراها مسلوبة الحرية من بين أسرته لا تملك من أمر نفسها مجرد النظر - فضلا عن التحدث - الى الرجل الذى ستحمل اسمه وتهبه كل حياتها ومشاعرها يوما !

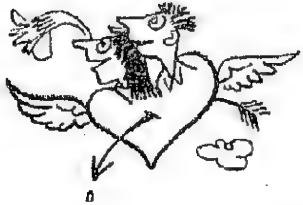
### ج - ز الخاسى

\*\*\*

### استفسار الشهر الماضى :

أعجبتنى اجابة قارئة على مشكلة العدد الماضى . . وهى تلخص فى وجوب انتظار الاختين بعض الوقت فان جمال الصغرى سيكون شفيها لدى الخطاب فى أى وقت . . فى حين ان الانتظار ربما اسفر عن تقدم خاطب للاخت الكبرى فمثل الماضى يقول « كل فوله ولها كمال » !

الادبية هى وحسدها التى يؤخذ بها فى ٩٥ فى المائة من زيجاتنا . . ولئن تكونى أول أو آخر فتاة تخضع لهذه الاعتبارات ، ولا تنسى أن تدخل فى اعتبارك أن مثل حبك قد يكون نزوة طيش لا تلبث أن تزول



### الفقر حشمة . . أحيانا !

عندما تزوجته لم يكن راتبه يزيد على الستة جنيهات ، ونظرا لصلة قرابته لى تحمل والدى أكثر تكاليف الجهاز كما تحمل راضيا معاونته لزوجى فى التزامات حياتنا واحتياجات أطفالنا . . ولكنه الان قد زاد دخله وتحسنت ظروفه فقد تغيرت طباعه ومعاملته لى ولاولادنا فأصبح يقسو فى معاملتنا الى حد لا يحتمل ولم يعد مركزى فى بيتى يفضل مركز الخادم فى بيت مخدومها رغم حرصى على توفير كل حقوقه على وعلى أن أكون له الزوجة المثالية . .

ولما فاض بى الالم بدأت أفكر فى الانفصال عنه وترك البيت والاطفال له والبحث عن عمل يكفل لى عيشا شريفا هادئا ، فهل تقرين هذا الاتجاه ؟ . .

### ف - دقهلية

بنت النيل : اذا كان اتساع رزقه هو سبب تغير طباعه فهو اما أن يكون انسانا تافها يرى فى اقبال الدنيا عليه سببا يرفعه فوق من حوله . . أو لعله كان يستشعر فى معاونته والدك له من قبل نوعا من النقص فى شخصيته يحاول الان عن قصد أو غير قصد تعويضه فى الاسراف فى القسوة عليكم لظهار قوته وسلطانه



**بنت النيل :** الحل هو أن  
ترغمى نفسك على التخلي  
عن التفكير فيه فان كل  
الظروف التي جاءت في  
رسالتك تشير الى انقطاع  
الامل في اتمام زواجك برجل  
يعيش في العالم الجديد ..  
منذ سنوات لم يذكر في  
.. لا لنقص في شخصيتك  
كما تتوهمين .. ولكن لان  
طبيعته قد تغيرت بتغير  
ظروف البيئة ، كوني شجاعة  
وانسى حب الطفولة ..  
فالمستقبل فسيح أمامك  
وتكوين أسرة يحتاج لاسس  
أقوى من الاحلام .

**ردود قصيرة :**

١ - ش.ع : لا تيأسى ..  
فان يد الطب اليوم قد  
توصلت الى اصلاح كل  
ما يفسده البشر ..



**الى رجاء م. الاسكندرية :**  
ستعنى الدكتورة دريه  
شفيق بتوصية زميلاتها في  
الاسكندرية بالبحث لك عن  
عمل وستتصل بك بمجرد  
توفيقنا في ذلك ..

**الى فتاة الطب**

لقد تأثرت الدكتورة دريه  
كثيرا برسالتك وترجو  
حضورك الى دار بنت النيل  
لمقابلتها والتفاهم معها .

**الى المعذب و.ع.و :**

ان مشكلتك من هذه  
المشاكل التي لا حل لها لان  
الطبيعة لا تتغير .. ورايى  
أن تتعاون واخوتك على  
مقاطعتها في اجماع وانذارها  
بالاستمرار في ذلك حتى  
تهذب من أسلوبها .. فلعلها  
تقلل من غلوائها ..

تعلقى به الى حسد جعلنى  
أرفض يد جميع من تقدم  
للزواج منى رغم انقطاع  
الصلة بينى وبينه ولولا أمل  
بارق زاد من حيرتى وأنشغالى  
.. هو أن والدته صرحت  
لنا بأنها أرسلت له منذ  
شهر تطلب منه الزواج منى  
.. ولكن الايام مضت دون  
أن يصل جوابه .. وأغلب  
الظن انه لن يصل .. فان  
الصورة التي سافر بها  
لا تشجع رجلا يعيش  
في أمريكا على الزواج  
منى فقد كنت وقتها فتاة  
صغيرة غير مكتملة الانوثة  
أو التعليم بعكس اليوم ..  
فما الحل الذي ترينيه  
لمشكلتى .. ان آمالى متعلقة  
بجواب منك !

**آمنة بائمة - صيدا**

أبواب الحياة .. وخاصة  
اذا كانت علاقتكما قد بدأت  
بهذا الاسلوب التجارى !



**من خلف المحيط**

لم أكن أتخطى الثانية  
عشرة من عمري حينما  
استشعرت حبه يملك على  
مشاعري وهو قريب لي كان  
يتردد على منزلنا بحكم هذه  
القربة .. ومنذ خمس  
سنوات سافر هو ووالده الى  
أمريكا واستقرا بها ..  
ومنذ سفره وأنا أعانى من  
الشوق المبرح له .. وبلغ

وفى كلتا الحالتين أنصحك  
بالاهتمام بمعالجة الامر بدل  
التهرب منه .. على الاقل من  
أجل أولادك .. أبدئى بكتم  
مشاعرك فلا تبكى أمامه  
ولا تغضبى ولا تهتمى بشورته  
فان ذلك كفيل بتضييع لذته  
في محاولته اذلالك وهذا  
هو علاج المصابين مثله  
« بالساويزم » التلذذ بايذاء  
الغير .

**حب .. بلغة التجارة !**

تعرفت به عن طريق  
ترددى على محله التجارى ..  
وهو رجل كبير السن وأنا  
فتاة دون العشرين .. ورغم  
انه لم يفاتحنى في الزواج  
الا أنه لا يكتم حبه لي وعطفه  
علي ، وحدث أن التحقت  
بوظيفة في بلد آخر .. فكان  
يراسلنى .. ثم انقطعت  
رسائله فجأة بضعة شهور  
عاد بعدها فأرسل لي خطابا  
يعتذر عن انقطاع مراسلته  
بسبب ظروف سيئة ..  
وفى رسالة أخرى أرسل  
يطلب منى معونة مالية رغم  
انه في حالة مالية متيسرة  
كما أعلم .. فأرجو أن  
تساعدينى يا سيدتى في  
تفسير تصرفاته هذه ..  
وفى تحديد الطريق الذي  
يجب أن أسلكه معه ؟

**حائرة**

**بنت النيل :** رأيى أنه اما  
أن يكون صادقا في طلب  
معونتك بسبب أزمة مالية  
من تلك التي تمر بالتجار في  
بعض الاحوال .. واما أنه  
يريد اختبار شعورك ومدى  
ثقتك منه .. لذلك فأنى  
أشير عليك بعدم جرح  
شعوره أو التنكر له في  
ظرف التجا فيه اليك .. أما  
عن الزواج منه فأنى لا أميل  
الى تشجيع مثل هذا الزواج  
بين رجل مسن وفتاة على

## الى رئيس التحرير

اكتب لك ياسيدتى وقلبي يكاد ينفطر لما  
سأحدثك به .. وهل هناك ما يؤلم مثل اضطراب الانسان الى  
التحدث عن اعوجاج سير أمه !  
انها - سامحها الله - رغم تجاوزها الخامسة والاربعين من  
عمرها ورغم وجودنا حولها أنا ابنتها المتزوجة - وأبى واخوى  
الطالبان بالجامعة .. فانها لا تخرج من اهدار سمعتها وقداستها  
أمومتها على مرأى ومسمع منا جميعا مستقلة في ذلك تساهل  
والدى الزائد ..

لكم ارتعد ياسيدتى كلما تخيلت مجيء اليوم الذى تتطير فيه  
الافاويل عن سمعة أمى الى مسامع زوجى فتنهار - كرامتى  
وسعادتى ..  
انى اذ اطلب مشورتك اليوم فانما افعل ذلك بعد ان فشلت  
جهودى انا واخوتى لاصلاحها فانها تثور وتهددنا بالطرد  
يعاونها فى ذلك أبى الذى يدهشنى أنه يغمض عينيه راضيا عما  
يدور حوله رافضا كل نصيحة تقدم له فى ذلك حتى ساءت  
معنوية أخوى الى درجة خطيرة .

\*\*\*

**بنت النيل :** اننى أفهم انه ليس آدمى على النفس من مواجهة  
اثام هؤلاء الذين كان يجب ان تقدسهم ونترسم هديهم .. ولكننى  
أرى ان موقف والدك خيالها يدل على انه يعانى نوعا من النقص  
هو غالبا بسبب انجرافها وفسوتها لذلك أرى ان السبيل الى  
اصلاحها ليس بالرجز ولا النصيحة .. وليس عن طريق زوجها  
.. بل عن طريق اثارة العواطف النبيلة فيها وبواسطتك أنت  
بالذات لانك امرأة مثله وحيدا لو أمكن استهلاك طاقتها فى عمل  
خيرى أو هواية مرهقة أو الانسحاب الى جمعية دينية .

# من الحياة..!



من البدو .. الى الحضرة ..

\*\*\*

صوت خراطيم المياه وهو تغسل الاتوبيس . فقفا ، مفزوعا يسأل : أين أنا ؟ فيسمع أحد عمال السيارات يجيبه بأن سيادته في جراج شركة الاتوبيس . . . . وعند هذا فقط يدرك ان الاتوبيس المظلم كان سيأخذ طريقه الى الجراج وان السائق قد نقله الى الجراج مع السيارة دون أن يحس بأن سيادته يرقد فيها . . . .

وتحس صاحبنا جيبه ، وعد القروش التي كانت فيه ، فافتنع بأنه يلزمه أن يسير عدة أميال الى البيت سيرا على الاقدام . . . .

تري ماذا تكون حادثته في العدد المقبل . . . . من حوادث الحياة ؟

« القناع الاحمر »



لماذا لا نعطي قارئ الفن في بنت النيل شيئا جديدا ؟ لماذا لا نخصص جانبا من صفحات الفن في كل شهر لباب جديد نأخذه أخذا من الحياة . . . . ونعطيه للقارئ الذي سيخيل اليه أنه يقرأ تمثيلية . . . .

ان الحوادث الطريفة التي سنقدمها في هذا الباب ستكون دائما شيئا من الحياة ذاتها ، والحياة كما نعتقد هي الفن الاكبر وهي اول مسارح الوجود .

كان صاحبنا « ي » يعود من عمله المرهق - آخر الليل - لينام بضع ساعات يصحو بعدها ليبدأ عمله المرهق من جديد .

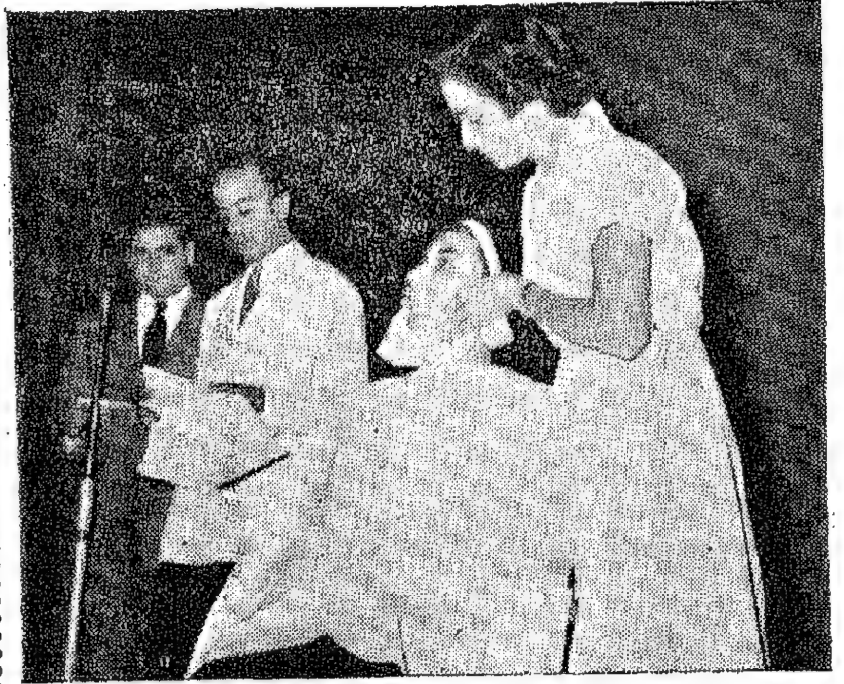
وصاحبنا « ي » أخذ طريقه الى موقف الاتوبيس في ميدان العتبة لينقله الى حيث يسكن فيوفر أجر التاكسي الذي لا يعرف المناقشة في الاجرة الا في قسم البوليس . . . .

ونظر صاحبنا فوجد الاتوبيس مظلمًا وخاليا تماما فدفعه تعبته الى أن يشتري فيه حتى يأتي أتوبيس آخر يركبه الناس فيركب معهم الى حيث كان يريد .

وألقى جسمه الضخم على المقعد الذي غاص به في قاع العربة ، وأسلم نفسه للمقعد فأسلمه تعبته للنوم العميق . . . .

ومع أضواء الفجر الاولى كان صاحبنا يستيقظ على

# من الماكياج الجديد



وشكل الوجه بعد ذلك بوضع المسحوق الدسم وزيد سحر العينين وظهر بريقهما بالمسحوق الخاص بالجفنين . أما البودرة فتعطي اللون اللازم لمجموع الماكياج بانسجامها مع لون البشرة ولون البان ستيك الموضوع قبلا . ثم يأتي بعد ذلك المسحوق الكثيف لتثبيت لون الوجه نهائيا .

ويستكمل ماكياج العينين بقلم الحاجبين وكوزماتيك الاهداب . ويعلى أحمر الشفاه من شأن مجموع الماكياج بلونه المثالي وطريقة وضعه بالفرشاة الخاصة .

وأنتبع الدرس بسحب يانصيب على غلب جميلة للماكياج جلبت السرور الى قلوب اللواتي سـعدن بربحها .

وقد أظهرت الحاضرات شديدا اهتمامهن بهذا الدرس الذي بسط لهن فن الماكياج الحديث كما تمارسه كواكب السينما في هوليوود .

وكان لمساهمة سينما مترو ونظامها أطيب الاثر في نجاح تلك الحفلة النسائية .

استأنفت سينما مترو بالقاهرة يوم الاربعاء ٩ يونيه سنة ٩٥٤ الحفلات النسائية بالاشتراك مع ماكس فاكتور هوليوود المؤسسة الرسمية للماكياج الخاصة بصناعة السينما بهوليوود . وقد عرض على الشاشة درس ماكياج في انسجام الالوان مصحوب بشرح مختلف أدوار الماكياج .

وقد بدأ الدرس بتنظيف البشرة بماكس فاكتور هوليوود كلينزينج كريم وهو كريم لازالة الماكياج ناعم دهني والسكين فرشاة مقو ومنعش للوجه . ثم وضعت قاعدة الماكياج « الفيزيل ميك أب فونديشن » الذي يستخدم كقاعدة مثلي للماكياج ويحمي أيضا البشرة من مضار الريح والغبار والشمس .

وبعد هذا الاعداد للماكياج وضع البان ستيك الماكياج - كريم الجديد ماكس فاكتور هوليوود الذي نال إعجاب الحاضرات لسهولة استعماله وحسن نتائجه .



مع .. أم كلثوم

سمعت أم كلثوم في حفلة ختام موسمها ..

أحب أن أسأل الشاعر «أحمد رامى» : ماذا يرى في أن تعيد أم كلثوم علي أسماعنا أغانيها القديمة مرات جديدة ؟

ان كل مرة تغنى فيها أم كلثوم تضيف الي فنها شيئاً جديداً ، وتتركه ذخيرة غالية لعشاق الفن الاصيل هل سمعتها معى وهى تغنى «سلوا كؤوس الطلا ..» ؟ كان شيئاً فوق التصور .. أليس كذلك ؟

ماذا لو سمعناها تغنى : «ان كنت أسامح ..» ؟

لا جدال في أن رامى الشاعر يحب أن يسمعها الان وهى تردد مقطوعاتسه القديمة التى امتزجت بتاريخ أم كلثوم الفنى فأصبحت شيئاً من هذا التاريخ .

ولا جدال في أن هذا الجيل يحب أن يسمع من أم كلثوم فى قمة مجدها الفنى ترديداً ملائكياً لاجانها الغالية التى يعمر بها كنز فنها السماوى .

ان أداء أم كلثوم لكلمات أغنية يجعل منها شيئاً آخر تماماً ، يجعل منها خلوداً ويجعل منها شعوراً بالجواهر المكنون لا بمظهر اللفظ أو جمال المعنى فقط

ويخيل الى انها تستطيع أن تهدى مكتبة أغانيها العظيمة شيئاً كبيراً نحن فى حاجة اليه ، لو انها أعادت علي مسامعنا بين الحين والحين أغانيها القديمة التى حرم هذا الجيل من أن يسمعها من أم كلثوم العظيمة .

وذكرى العبقري الفنان ...



احتفلت مصر منذ أيام بذكرى الاستاذ العبقري نجيب الريحاني، تقديراً للرجل الذى صنع فى مصر فن السخرية الاجتماعية اللاذعة . ولأول مرة نرى جامعة القاهرة تشترك اشتراكاً عملياً فى مثل هذه الذكرى ، لمل هذا الرجل ، اذ

قررت اللجنة العليا للمسرح الجامعى فى هذه المناسبة انشاء جائزة تحمل اسم العبقري الفيلسوف الفنان . اننا نعرف أقدار الرجال عندنا ما فى هذا شك ، ونحن بوعينا العام وحاستنا القوية نستطيع أن ندرك من من الناس حاول أن يخدمنا ، ومن منهم أفنى عمره بحق فى سبيل اهدائنا ما لم تستطع ملايين العقول أن تهدينا من عصارات الفكر الراجح ولمحات النظرة العميقة وأداء المقدرة الممتازة على اجابة الفكرة الصائبة شيئاً

حياً يكتب له الخلود . أن عبارة واحدة من عبارات نجيب الريحاني فى تمثيلياته الرائعة ، أو حركة واحدة من حركاته على المسرح ، أو ضحكة من ضحكاته أو دغمة من دموعه التى كانت تجريها الحقيقة الكامنة فى نفسه الكبيرة على وجهه المحقق بالجهد ، أن شيئاً واحداً من هذه الاشياء يكفى وحده ليكتب لفن الريحاني الساخر أن يبقى ، وليكتب لاسمه الخلود .

حين احتفلت مصر بذكرى كانت تحتفل بذكرى مولد مدرسة فنية من الطراز الاول ، يندر أن توجد الايام بأساتذتها العظام . لا يزال مكان الريحاني من المسرح خالياً .. ليس كذلك ؟ .. أغلب الظن انه سيبقى خالياً لزمان طويل ، يعرف الله وحده كم يطول ..



صباح

ظل خفيف بين الفنانات الابهات : لأجدال فى أنك تعجب بها مغنية وتعجب بها ممثلة ، وثق دائماً أن مكرها لا يغير شيئاً من أنها خلقت للفن الذى تفننه ..

الى وزير الانتاج السريع

للفن عند وزير البلديات - وزير العمل السريع المنتج - رجاء ، هو أن يضع حاجة الفن الى مسارح فى برنامج انتاجه السريع .

ان الرجل الذى يحقق الاحلام قبل طلوع الشمس هو الرجل الذى يستطيع أن يحقق للفن هذا الرجاء .

القاهرة .. عاصمة الشرق .. وزعيمة أفريقيا .. وقائدة لواء الفكر الانسانى منذ فجر التاريخ .. ليس فيها مسرح يستحق الجهد الذى يبذل فى سبيل احياء الفن المسرحى !

ان دار الاوبراشء لم يعد يوائم حاجة العصر وان كان يوائم حاجة التاريخ ..

ومسرح الازبكية فى حاجة الى أربعة امثال المساحة التى يقوم عليها ، وفى حاجة الى اصلاح منذ كتب فى واجهته بيت شوقى الشاعر :

وانما الامم الاخلاق ما بقيت فان هم ذهبت اخلاقهم ذهبوا ان المسارح لم تعد أداة تسلية ولكنها فى كل مكان مدارس التوجيه الخلقى والارشاد الوطنى ومدارس النهضة الشاملة بكل مناحى الحياة .

ومن حق القاهرة أن تكون فيها المسارح اللائقة ، ومن حق الاسكندرية ، ومن حق كل عاصمة فى كل اقليم أن يكون فيها المسرح اللائق .

فماذا يرى السيد وزير البلديات .. وزير الانتاج السريع ؟

يوسف فهمى

# بسم بنت النيل ..

آنسة ت. ش. - بميت فمر

ارجو من جميع القارئات اللاتي يكتبن الى عن البقع التي تظهر في اماكن مختلفة من اجسامهن ويقطنن بميدا عن القاهرة . ان يذهبن الى اخصائي في امراض الجلد لعمل العلاج اللازم . اما القاطنات بالقاهرة ، فالرجاء حضورهن الى الصالون حيث يجب فحص هذه البقع جيدا قبل اية بيانات او نصائح او مستحضرات

ذ. ع. السكاكيني :

للنمش استعملى ميلى ميكويد كليسو وموزينج لومشيون

آنسة انطوانيت غ. طنطا :

اشكرك على خطابك الرقيق والثقة في مستحضرات اليزابيث اردن . وانف اذ ان الدروس لا يمكن ان تعطى بالراسلة . وتتوقف جميع الدروس التي تعطى باتحاد بنت النيل خلال فترة الصيف . هذا ، وخلال شهر اكتوبر او نوفمبر ستحضر مندوبة اليزابيث اردن الى طنطا بمحلات « عبر افندى » يمكنك الاتصال بها عندئذ . ونحن لا نتدخل في اصناف وماركات اى مستحضرات غير اردن .

ا. ب. ت. دمنهور

اننى اقدر مدى اخلاصك وحبك لزوجك ولكن يجب على ان اعرفك ان الاخصائيين في جميع انحاء العالم لم يتوصلوا بعد لمعرفة علاج لهذه الحالة بالذات . وحاولى الاتصال بالدكتور « ليشى لير » بالقاهرة ربما يمكنه مساعدتك .

٢٠٠ ن. حنا - شبرا مصر :

الرجاء الاتصال بالصالون بالقاهرة او الذهاب الى اى محل من المحلات المعتمدة لبيع مستحضرات اليزابيث اردن حيث تجددين كل طلباتك .

ل. م. بالمنصورة - قارئة بنت النيل : يمكنك استعمال مستحضر اليزابيث « سليك » وهوىق بالغرض المطلوب

القارئة مديحة م. طنطا :

الرجاء الذهاب الى محلات « عمر افندى » بطنطا حيث تجددين « سليك » لديه

مريد الجراح

تجيب على هذا البريد اليزابيث اردن اخصائية التجميل

الحائرة المعذبة . فى الرصافة

بخصوص شعرك ارجوك الاتصال باخصائى فى الشعر حيث انه يجب ان يرى بنفسه فروة الرأس والجلد الخ . وهذا مستحيل بالنسبة لنا اما بخصوص بشرتك فلا تستعملى بتاتا غسلاها بالصابون والماء لانهما يضران البشرة فى مثل حالتك هذه ولا تحاولى « عصر » الجيوب التي فى الوجه بل استعملى « ميلى ليكويد كليسرا » و سوز بلج كريم فى المساء وهما المستحضرات اللازمة لتنظيف وتنعيم البشرة .

وفى النهار استعملى سوزنج لوسيون وبوردة لحماية الجلد .

ونأمل ان تحصلى على هذه المستحضرات من بغداد حيث اننا لا نستطيع ارسالها اليك .

حاولى حماية جلدك من الشمس واستعملى كريم جيد .

وبالنسبة لشعرك انت فى حاجة ماسة الى « تدليك » لشعرك بمعرفة اخصائى .

ف. ز. م باسيوط

استعملى بلينشنج كريم ويمكنك شراؤه من محلات شيكوريلى بأسيوط

ا. ا. كفر سلامون

ارسلنا لك ردا خاصا بجميع البيانات المطلوبة

م. ع. س. بميت فمر :

تأسف لعدم استطاعتنا شرح البيانات المطلوبة حيث انها تحتاج الى صفحات كثيرة . ويمكنك عند حضورك للقاهرة زيارة صالوننا او اذا ذهبت الى طنطا زيارة محلات « عمر افندى » حيث تجددين البيانات والمعلومات اللازمة .

ف. م. النيل

بخصوص البقع التي تظهر على كتفك ، ارجوك الاتصال باخصائى فى الجلد لمعرفة الدواء اللازم

س. خ. ع.

امبول ايندريلى فى الفصل عند اللزوم

رجاء محمد

اقراص ساليسلات قرص بعد الاكل ثلاث مرات فى اليوم لمدة اسبوع واقراص فيتامين ب كومبلكس ويحلل البول السكرى

شتركة مريضة ف. ع. ج - طوخ الوقاية خير من العلاج ولا تسبقى الحوادث

آنسة ن. وهبه

علاجك لا يحتاج لحقن او عملية استعملى رباط كاوتش

ل. ع. المنوفية

يحلل البول ثم يعمل اشعة وهى التي ستقرر كيفية العلاج اما بالادوية او بعملية .

سهاد بشبرا

استعملى بارافين يحتوى على ه فى المائة جومينول كنقط للانف ثلاث مرات فى اليوم .

مريد الجراح

يجيب على هذا البريد طبيب بنت النيل اخصاص

سميحة بالسويس :

الحمى الروماتيزمية غير معدية .

التمسكة :

التمريبات الرياضية تساعد على اصلاح هذا العيب .

٢ - يجب الاقلال من الدهون .

آنسة مديحة ابراهيم - المنصورة : اعرضى نفسك على طبيب امراض جلدية .

بشيرة ابو الذهب - كفر الدوار :

اعرضى شقيقك على الدكتور حندوسة ٢٨ شارع فؤاد الاول

القاهرة .

عادل محمد شفيق بالسنتة : امتنع عن اكل الحواشي والتوابل

## معهد فيرا (تفصيل وخياطة)



أتمت طالبات معهد « فيرا » للتفصيل والخياطة امتحانهن النهائي فى يوم ٢٠ يونية الماضى باحدى قاعات ( هاوس هيبير ) وترى فى الصورة مدام فيرا الحاصلة على دبلوم فنى ( دين ) من باريس ومسيو اسكندر يان مدير المعهد ، والانستان كيتى وعروش ، أثناء مراقبنة الطالبات فى لجنة الامتحان



آتسة ب. ك. بمغاغة :  
اغسل فستاك الكريب ورومان  
الموشى بالقصب البنزين مرتين أو  
ثلاثا حتى ينظف ثم اعصره جيدا  
فى بشكير أو ملاءة حتى تستخلص  
منه جميع البنزين . ثم علقه فى  
الشماعة وضعيه فى الهواء الطلق  
حتى تتطاير الرائحة . وأنبهك الى  
اجراء هذه العملية بعيدا عن النار  
أو حرارة الشمس المحرقة .

**جائیت لیبب - تلا :**  
اغسلیها بالماء الفائر ومذوب  
الصابون مرتین او ثلاثة حتى  
تنظف . ثم اشطفيها فی ماء دافی  
مرتین او ثلاثا حتى تتأكدی من  
ازالة الصابون تماما . ثم اعصریها  
فی بشكير او ملاءة للتخلص من ای  
ماء زائد بها . ثم انشریها فی الهواء  
الطلق بعيدا عن الشمس . ولا حظی  
فعلیها فی يوم جوه معتدل

مديحة محمد بطنتا :  
لا يمكنك الحصول على الكتاب  
الذي تطلبينه بأقل من الثمن الذي

ذكرته . وأحسن نصيحة لك هي  
أن تتابعى أعداد مجلة بنت النيل  
وتحتفظى بها فسوف تحصلين على  
كتاب مفيد لك فى الطهى . وفى  
شئون المنزل أيضا .

أنسنة شمادية عماد بالجيزة :

انفصال البيض والبسماط من  
على البوفتيك أثناء تحميره نتيجة  
لبلولة اللحم . فلاحظي دائما أن  
تجفني قطع اللحم بفوطه نظيفة  
قبل وضعها في البيض والبسماط  
.. ويمكنك زيادة الاحتساس  
تغطية قطع اللحم تغطية خفيفة جدا  
بقليل من الدقيق قبل وضعها في  
البيض والبسماط فذلك قد يساعد  
على نجاح مرحلة التغطية .

فاطمة عبد النعم بشبرا :

اغسلي فستانك الغاي بالبنزين بالطريقة التي أشرت اليها للانسة ب.ك بمغاغة : ولكن اذا لاحظت بعد تمام جفافه عدم نظافته اغسليه بالماء الدافىء ومذوب الصابون مع الضغط الخفيف فى القسل والعصر ، ثم أشطفيه جيدا فى ماء دافىء مرتين لازالة الصابون ثم فى ماء بارد . وعصر بالضغط ثم

يمصر ثانياً في بشكير لازالة جميع الماء . ثم انشربه في الهواء الطلق ويكوى قرب جفائه بمكواه متوسطة الحرارة على الظهر .

ن. رجب بالاسكندرية :  
سأجيبك الى رغبتك قريباً  
ان شاء الله وتبعاً في أعداد المجلة  
فترقبى أعداد الصيف .

عائشة مصطفیٰ . حكيمة  
بہشتی صیدناوی :  
هذا القماش موجود فی محال  
الاثمۃ الکبیرۃ . أما عدد الامتار  
فمتوقف علی عرض القماش .

پریک عام

فی + ہ

نشكرك على ثقتك بنا وستمجددين  
في هذا العدد والاعداد القادمة  
التمرينات المطلوبة

لطيفة البهلول بشرين

ان بنت النيل تختار الثياب  
التي تتفق وأذواق القارئات المختلفة  
ولابد ان تجدى الثوب الذي يتفق  
وما تشهدين واننا نشكره كل  
الشكر على اهتمامك بالمجلة ونرجو  
ان تراسلنا باستمرار

مشاركة بالمجلة : شمس مصر

احضري الى مكتب عمل بنت  
النيل بالمركز الرئيسى ٤٨ شساروع  
قصر النيل قى يوم الجمعة صباحا  
لاخذ البيانات اللازمة لتوظيفك

بائسة ٤٩٤ بالدقي :

طرحت مشكلتك ولكنك طلبت  
منى عدم نشر الحل على صفحات  
المجلة وان يكون الرد في خطاب خاص  
... ولم تذكرى عنوانك !

م . ص . مستحرم يك :

قرار مجلس الوزراء الاخير  
لا ينطبق الا على الموظفين المثبتين  
على درجة من الدرجة الثالثة فما  
دونها .. فاذا كنت من المثبتين  
فارجى الى ادارة المستخدمين  
لتتأكدى من حقك او عدمه في  
الاستفادة من القرار

البحائرة ب منصور - العجوزة :

عجبتني روحك وتفكيرك في العمل  
لعلنا نأخذ أسرتك وأطفالك فارجو أن  
تخبرني بنفسك لمقابلة الدكتور  
دربة شفيق للتفاهم معها على العمل  
الذي نأسسك ويتفق مع ظروفي

سليمتما

أويل

مرو أخرى

شركة أخوان جعفر ٧٧٠٠٧

شاه وند البغل

الناطق

تغلبت في المدة من الضحك والمزح والرفق

فيلم

فيلم

بطولة

دونا داكونز - لوري ناسون

اليس كياني - وليام بيوليت

سینما

مفاجات  
صحت  
رقص

شیرلی

شرکتہ اخوان جعفریہ ۸/۷۷۶۴۹

تکلیف ہوا

غنا و  
بھی عالم تارا  
موت

ف

العقل

تمیل

دینے مارتن  
چیری لوین  
ادی مایہوفی  
مارین مارین مال

۳۹۱۵۲

# الحكاية

بقلم جلال مكاوي



الذي اخذ يترنح كجدوة من نار في كبدها ، فيلهب احساسها ويحتويها في ضمة عنيفة بين وقته المحرقة ولكن ابي وقد استعذب ان يراها تستعذب من اجله ذلك العذاب الذي يعبر عن غيرتها ، ابي ان يستجيب لتوسلاتها ويكف عن الحديث الموجه المؤلم ، فامطرها وابلا منه حتى اغرقها .. في دمعها

وكان الليل ضمنا .. انا وامي في راحة سكونه الهاديء المطمئن ، وقد جلسنا حول مائدة العشاء ، نتناول في صمت طعامنا ، واحسست بان المائدة التي جلس كل منا في طرف منها ، قد بدت طويلة متناهية في الطول ، وان اطباق الطعام ليست في متناول يدي ، وانني في حاجة الى بذل مجهود عنيف ، حتى اصل الى الطبق ، فالتفت منه ملء ملعقة بالطعام ، واحملها وليدا الى فمي ، حتى اذا بدا لي ان امضغها ، مضغتها في سكون وبطء ، حتى ملئت تلك الحال ، فأزحت المقعد الذي اجلس عليه بعيدا عن المائدة ، وقمت اخطو كالتائه خطوات بطيئة راكدة اطلب حجرتي .

وانتصف الليل او كاد ، وانثني في فحة الليل رنين جرس الباب الخارجي ، فأدركت ان قد ان لابي ان يعود من عند خطيبته ، الى فراشه الدافئ بجوار امراته المتعبة الحزينة ..

احسنت بخطواته وهو يلدع الحجرة ليخلع بذلته ويرتدي جلباب نومه ، وكان لوقع خطواته نغم يعبر في افصاح عن حيرة مبهمة خفية تكتنف خواطره ، ثم سمعته يسعل سعالا خفيفا مفتعلا ، كأنما يريد ان يبدأ حديثا مع امي ..

ولكن امي كانت صامته ، وخيل الى انها كعادتها كلما خاصمتها - تنهز من عيني ابي النفاذتين العميقتين اللتين تشعان بالحنان والمودة حيناً ، وبالسيطرة والقوة احيانا ، ولما لم تجد سعلته الاولى في فتح باب الحديث سعل مرة اخرى ، فجاوبه الصمت وعيناه معلقتان بسقف الحجرة لا تريمان عنه تحولا .. فاطفا النور ، واندرس في الفراش ..

كان ابي في الرابعة والخمسين من عمره .. متوسط القامة متين الاسر ، قد زحف الشيب الى راسه فاختلط فيه السواد بالبياض ولكن بياض شعره كان غالبا على سواده الباهت

وكانت امي ، جميلة .. ذلك الجمال الرزين الذي ينسرق الى القلب رويدا رويدا ، فيرسخ فيه لذلك احبها ابي حبا عميقا ، ولقد عاش معها لا ينظر الى امرأة غيرها ولا يفكر في ان يرتبط ولو بالفكر في سواها .. وكنت انا الثمرة الوحيدة لهذا الزواج الموفق ..

في صميم كياني ، فاذا بي اطفئ طفرة واحدة من الشباب السي الرجولة ، التحمل نصيبي مسن المسؤولية التي اقتها على عاتقي امرأة ملتاعة ، اغرقت حزنها الاليم في عاطفة الامومة التي قويت واشتدت في قلبها لحظة رأت رجلها الحبيب يتطلع وهو في مطلع كهولته الى فجر رائع ، يديب في وقدة شمس بقية من شباب الص بها تعمل بين جوانحه المظلمة المدهمة

ولقد كان ابي يتوقع ان يجد من امي ثورة عاتية مدمرة ، عندما يخبرها بنبا اعتزاه الزواج .. ولكن راعه ان وجد الصمت قد ران على الليل الذي باح فيه بسر لها فغاطه ذلك ، فراح يقتل من حديثه عن عروسه الجديدة ، سوطا يلهب به كرامتها كزوجة ، ويشعل انوثتها وغيرتها كأمراة

وراما تتلقى ضربات السوط وقد جف ريقها ، واشتد وجيب قلبها ، والتمعت في عينيها الدموع .. ثم انهمرت .. وراحت في نشيج البكاء وصوتها المخسوق بالمعبرات تسأله ان يكف عن الحديث المؤلم

قالت وهي تربت على ظهرى .. من الان انت رجلى .. رجل البيت وخنقتها العبرة فبدت يدا مرتجفة ومسحت دموع طفرت كمحبة اولاد على وجنتها .. ثم نظرت الى من خلال طبقة الدموع المرتعشة في مقلتيها ، فزات الدهشة قد عقدت اواءها في عيني .. فتطلعت الى صدر الافق واردفدت .. ان اباك سيترج ..

وكانما قد صنعت من تلك الكلمة جمرة من لظى ، ثم صهرتها وسكبته فوق رأسي فجأة فاحسنت بالنار تسرى في رعونة وطينش لتضم جسدي كله في وقدة الحامية .. وتبهت ليد امي ، وهي تربت على احزاني التي نبتت فجأة في مرقد الالم المر .. القلب والفؤاد واحسنت كأن عواطفى قد شطرت بمبراة ثلثة ، وان انة باكية دامعة ، قد اخذت تطفو من قاع الفؤاد حتى استوت على مقلتي ، فالتمعت العينان بالدمعة الحبيسة التي ابت الانطلاق لاني رجل .. رجل البيت وكانت تلك الكلمة قد مستنى

استمعت الى ابي يحدث امي في وهدة الليل ، حديثا خائفا ، كأنما يهمس اليها ، وهي تبكي بكاء مكتوما ، وتسرف في دمعها ، وتتواهب زفرتها من بين شففتها

لم اكن انصت عن عمد ، بل كان الصوت يائني متمهلا من خلال جدران الحجرة الخشبي الرقيق ، الذي يفصل حجرتي عن حجرتها في الشاليه الذي تقضى فيه عادة صيفنا بشاطئ المكس .. كان الارق في تلك الليلة قد انتابني والى على ، فرحت اداوى الى وتوتر اعصابي بان استولد السكون بعض الذكريات الحلوة التي شاهدها شاطئ البحر في ايام الصيف وفي الليالي القمرية .. حتى قطع على حلاوة تلك الذكريات نشيج مكتوم ياتي خلال الجدار الرقيق

وحديثي امي ، والدمع يلسع في عينيها ، في صباح تلك الليلة ، ونحن جلوس في الشرفة المطلة على البحر حديثا يفيض لوعة واسى ، وهي تغالب عواطفها وتكبت مشاعرها وتكبح جراح فحشها ونورتها ..



مشقة الطرد والكفاح المر لو اغضبت  
ولى نعمته ..  
قبلت ان تبيع ربيعها ، الى رجل  
لن يستطيع ان يروى انوثتها وشبابها  
المونق الا بكأس المرارة والحرمان ..  
ودهب اليهم بعد اعلان الخطوبة ،  
لازور الحاج عبد الفتاح ، وكانت  
المرّة الاولى التي اراها فيها منذ  
كانت طفلة ، رأيتها في زداء طويل ،  
وقد لغت حول رأسها خمارا أبيض  
.. كانت قد فرغت لتوها من صلاة  
العصر ..

ومددت يدي اليها فنستها مسا  
خفيفا في خجل .. اذن ، فهذه  
هي عروس ابي .. وخالستها النظر  
فأرتها جميلة ذلك الجمال الذي  
يسبى من النظرة الاولى .. ولفتنى  
منها خال صغير فوق شفرتها العليا  
بقليل ، يزيد من روعة شفرتها  
الرقيقتين ، فغبطت ابي عليها ..

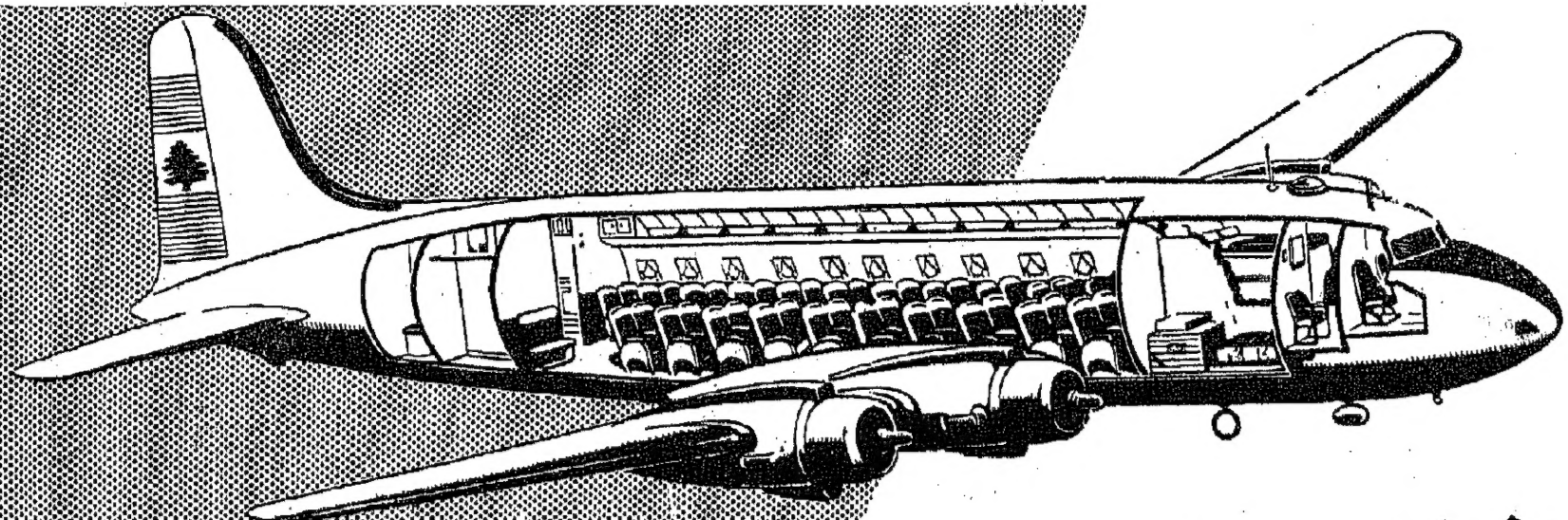
( البقية على ص ٧٠ )

استنشقه من شعرها في شفثيه ..  
عطرا غامضا مبهما .. يجتر سحره  
على مهل في لذة وعدوبة ..  
ولعل ابي قد انكر في مبدأ الامر  
مواطنه ، وسخر منها ، واستنكر  
مشاعره وهرا بها ، ولكن سلطان  
الفتنة لملكه ، فراح يستغفر  
الضعف الذي طرا على شيخوخته ،  
ويذكر شبيه والحلقة السادسة  
من العمر التي يمر بها ..  
وقاوم طويلا سحر الانوثة التي  
اغرقت جوارحه في عطرها الغامض ،  
كلما انحنت الفتاة على يده تقبلها  
وهي تستقبله على باب بيتهم مساء  
كل يوم ..  
ولقد كان الحياء يمنعه من ان  
يجهر برغبته في الفتاة التي تبلورت  
في قلبه وروحه حتى برح به الهوى  
لفتاح والد الفتاة برغبته ..  
وقد رأت الفتاة وهي تساق على  
غير رغبته الى زوج كهل ، ان  
تجنب اباما وهو في سن الكبر ،

الرابعة عشرة .. ومرت الاعوام ،  
والت بالحاج عبد الفتاح وعكسة  
شديدة الزمته الفراش .. فرأى  
ابي من واجبه ان يذهب لزيارته  
.. فحمل معه بعض الهدايا ..  
ولم ينس الطفلة الصغيرة عفت ..  
فحمل لها هديتها من الحلوى  
ولكن راعه ان الطفلة الصغيرة  
التي حمل اليها هذه الهدية .. قد  
نضجت ، واستوى عودها وبرزت  
مفاتها .. واضفت عليها الانوثة  
التي بدأت عليها رونقا وجاذبية  
وسحرا .. واستقبلته خجلة وهي  
التي تعودت ان تفرق نفسها بين  
احفانه وتغمر وجهه بقبلائها ،  
وانحنت على يده وطبعت عليها  
قبلة متدة .. فمسح على شعرها  
الناعم بيد حانية .. وضمها الى  
صدره وقبلها في مفرقا ..  
وتلك القبلة كانت كالشرارة ..  
اندلعت في شفثيه وتركت اثرا حارقا  
في فمه .. فاخذ يلوك الرحيق الذي

ولقد كان مقدرا لزورق حياتنا  
ان يسير هينا ، تدفعه ريح رخاء  
من الحب والالفسة والمودة التي  
ربطت بين ثلاثتنا ، لولا ان بدا  
في افق ابي ، شيخ ضئيل ، دقيق  
الجسم ، نحيف القوام رائع التكوين  
لفتاة في ربيعها الثامن عشر .. بدت  
في افق حياته فغرت من وجهة  
زورقنا .. فاذا هي في اعصار  
تتلطفه الرياح والانواء حتى اصابتنا  
الدوار جميعا ، فتقيانا عواطفنا  
فجأة وبلا مقدمات اللهم الا .. الريح  
والنوى

كانت عفت .. وهذا هو اسمها  
- ابنة الحاج عبد الفتاح ،  
باشكاتب المحل التجاري الذي يملكه  
ابي ، ولقد تعود ابي لسنوات ان  
يراهما تحمل الى ابيها ظهر كل يوم  
طعام الغداء .. فكان يقربها اليه  
ويعطف عليها ويشترى لها الحلوى  
فهو كما عرفت قد حرم البنات ..  
ثم حجبت في البيت يوم بلغت



## الأفضل .. بنفس الأجر

الخطوط الجوية اللبنانية تقدم لك سفريات متميزة  
إلى لبنان وجميع عواصم الشرق الأوسط بفضل  
اسطولها الجديد من طائرات مسكايماستردات الشرق العالية

سافروا بطائرات

مسكايماستر



الخطوط الجوية اللبنانية

في خدمة العالم العربي  
جيز التذاكر القاهرة ٢٥٠١٥ - الإسكندرية ٢٣٩٢٩  
ومن جميع مكاتب السياحة المعتمدة

راحة تامة سرعة فائقة  
بفضائل  
محركات فوتر - ٤٤ مقعد وثير محرك

( بقیہ ض ۶۹ )

كانت تحدثه في براءة وصفاء

الاجابة الصحيحة

« الفلاری ص ۱۲ »

- ١ - شكري القوتلي
- ٢ - نهر بردی
- ٣ - حلب
- ٤ - الاسكندرونه
- ٥ - عرب الرولة

مجله السائيه امعاعية اءبيك  
نصءر اول كل شهر  
صاحبها ءبىة قوربا  
الاءورة ءربىة شفبق

الإدارة: ٤٨ شارع قصر النيل - القاهرة  
تليفون: ١٩٦٦٨ - ٤٠٦٨٤  
الإصدار السنوي:  
١٠٠ في مصر والسودان  
١٥٠ في البلاد العربية  
٢٠٠ في الخارج - أذربايجان

ورشة حفر فناديان

وإفادته النسبة الرطبة وطول الطريق ..

وقبيل الفجر ، احسست بيد  
في تهزني في مرقدي ، هزا خفيفا  
فوقاً ، كأنها هو برئت على صدري  
حنان ، وفتحت عيني فرايت  
عينيه قصة الليل الطويل الذي  
فناه مؤرقاً مسهداً ، ومم يده  
زواج الغطاء من على جسدي ،  
سكت في فراشي وتواجعتا .

— ان الربيع يا بني دائما ينادي

( بقیہ ص ۱۵ )

الملابس - التحمراء ليس لها رائحة • ويغذى المريض عصير الفواكه واللين الذي يمكن تخفيفه بإضافة ماء

هذا ، وثقل على الانانية فتطفئ  
على كل عواطف الاخرى ، ثم  
تنحصر مرة اخرى ، ثم تغزو روحى  
وقلبى ، حتى ادركت ان صخرة  
شيخوختى اقوى من ان تدعها  
تنتقل وتطفئ ، فانشجرت وسكن  
السلام ، راسى قبيل الفجر ،  
فهرعت اليك ، اسألك ان تزوج  
تغف ، ولكنك لم تقل لى رأيتك  
بعد .. فما رأيك يا وحيد .. فكان  
جوابى الصمت ...

والتهاب الاذن الوسطى  
وضع بنسولين فى الاذن كل  
ربع ساعات ويحقن بالبنسولين  
الى الجسم كل ثلاث ساعات  
تمنع الاغذية الكثيرة عند  
النوم وتعطى أقراص سلفا  
الى حسب عمر الطفل لمدة  
خمسة أيام لتقلل حدوث  
التهاب الرئوى الشعبى  
التهاب الاذن الوسطى .  
يعالج الالتهاب الرئوى  
لا انطاء عند حده .



شركة مصر للعلل والنسيج والرفيع من الفضائل المصرية

شركة مساهمة مصرية

المركز الرئيسي : شارع محمد بك فريد، عمارة بنك مصر، القاهرة  
المصانع : كفر الدوار، بالقرب من الإسكندرية  
أبواب المال المصنع به ورفع : ١٠٠٠ / ١٠٠٠ جنيه مصري

عدد العمال بالمصانع ١٠٠٠٠ عامل  
عدد الفائزات ١١٠٠٠٠ فئز  
عدد الأتوال الاوتوماتيك ٢٥٠٠ فؤل

تحتوى المصانع على أحدث ماكينات الفزل والنسيج  
سجل تجارى رقم ١٧٩٧٠ القاهرة  
سجل تجارى رقم ٧٤٨٢ بحيرة